

॥ མད་ཀུས་གི་འཕྲིན་བཟང་བཞགས་སྟོ ॥

ཁྱེད་ཀྱི་ལྷ་མོ་ལྟ་བུ་ལྟོས་པའི་མཆོད་པ་ལྟོས་པའི་མཆོད་པ་།

འཕགས་ལུ་ཡི་ཤུམ་གྱི་ཀ་དགོན་མཆོག་གི་སྒྲུབ་གི་  
འབྲིན་བཟང་འདི་འདི་རྒྱུ་ཅེ་གྲུ་ཅི་།

ལྷ་སྐྱོན་མི་ཡང་གཤམ་གྱི་མདོ་ན་ལུ་གྲིས་འདི་གི་ཡོད་  
རྒྱ་ཆེན་པོ་གི་ཞབས་མི་འདི་ཁྱོད་གི་ཏེ་མ་ལུ་གཏང་འདི་གི་  
ཁྱོད་གི་ལམ་འདི་བསལ་ཡོད་།

རི་ནགས་མཆལ་ན་ལས་སྐད་ཅི་སྐྱུ་འདྲེ་གཙུག་པོ་གི་  
ལས་འདི་གྲལ་སྒྲིག་སྐད་ཁོ་གི་བྱོན་སེ་ལས་འདི་སྤང་འདི་  
གི་སྒྲིག་སེ་འདྲེ་བྲེ་གསུངས་འདྲོ་།

ཡོ་ན་ནན་བྱོན་འདི་གི་རི་ནགས་མཆལ་ན་ལུ་སྒྲིལ་འདི་  
སྤུ་ལུ་བྱུས་གསལ་གནང་འདི་སྤྱི་བ་སེས་ཡི་དོན་ལུ་སེམས་  
བྱུང་ནི་གི་མཆོས་ཤེགས་ཅི།

འདི་ཁ་ལུ་ཡ་རུ་དྲ་ལུ་དང་ཡེ་རུ་གཡེམ་གི་སྒྲི་  
གར་ཁོ་གི་སྒྲི་མཐུན་ལུ་འོང་འདི་གི་སྒྲི་མཐུན་ལུ་མཐུན་

བཤགས་ཕུལ་འདི་གི་ཡོ་ཏ་ནན་གི་འདི་སུ་ལུ་ཡོར་འདན་  
 ཟེ་མི་གི་གཅང་ཆུ་འདི་ཁ་ལུ་ཆུ་གི་བྱས་གསོལ་གནང་ཡི་།

༦ ཡོ་ཏ་ནན་ཟེར་མི་གི་སྒྲི་འདི་སྒྲུམ་གཤམ་བྱི་གི་ཕུ་གི་གོ་  
 ལ་གོན་འདི་སྒྲན་བ་ལུ་ཀོ་འུ་གི་སྒྲན་རགས་བཅོང་བཞི་འགོ་  
 ཅི་ཅེས་འདབ་དང་ཞིང་ཁ་གི་འཕྱུམ་འདི་སུ་ཟ་ཡི་།

༧ ཡོ་ཏ་ནན་གི་སྒྲི་འདི་སུ་ལུ་གསུངས་ཡི་ངས་གི་ཤུལ་  
 ལས་དབང་སྒྲིམ་ཡོད་མི་སྒྲི་གཅིག་བྱོན་འདོད་ང་ཁོ་གི་ཁམས་  
 ལྷམ་གི་ཐབ་ཡེ་ཁོས་སུབ་བྱི་གི་སྒྲི་མེད་སེ་གསུངས་ཡི་།

༨ ང་གི་ཆ་ལུ་ཆུ་གི་བྱས་གསོལ་འབྱོན་བྱི་ཡོན་རུང་ཁོ་  
 གི་ཆ་ལུ་དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་གི་བྱས་གསོལ་གནང་འོང་སེ་  
 འདི་བྱི་སྒྲི་འདི་སུ་ལུ་མཚོས་ཤེགས་ཅི་།

གཅི་བོ་ཡི་ཤུ་གི་བྱས་གསོལ་བཞིས་ནི་།

༩ དུས་འདི་ལུ་གཤམ་ཡུལ་གི་ཁྲིམ་ན་ཅ་རེད་ཟེར་མི་གི་  
 ཡུལ་འདི་ལས་ཡི་ཤུ་བྱོན་འདི་གི་ཡོ་ཏ་ནན་གི་ཡོར་ཤུ་ལུ་  
 གཅང་ཆུ་ཡོར་འདན་ལུ་བྱས་གསོལ་གནང་ཡི་།

ཡི་ཤུ་རྩ་ན་ལས་འཕྱོད་ཅི་གི་དུས་ལུ་འདི་ཕྱོལ་ལས་ ༡༠  
ནམ་མཁའ་ཕྱིས་འདི་གི་དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་ལུ་གྲོས་ཅིག་  
དང་འགྲ་བ་ཡི་ཤུ་གི་མགྲུ་ལུ་བབ་འདོའུ་ཐོང་ཅི།

འདི་ལས་ད་རུ་ནམ་མཁའ་ལས་སྐད་ཅིག་བྱང་ཅི་བྱོད་ ༡༡  
ངས་གི་བྱམ་པའི་གི་སྤྲུལ་ཨིན་བྱོད་ལུ་ང་སེམས་ལས་ཤ་  
དགའ་སེམས་སུངས་ཡི།

གཙུག་པོ་ཡི་ཤུ་གི་མཉམས་སེམས་ཅི་ནི།

འདི་ཕྱོལ་ལས་ར་ཡི་ཤུ་དམ་པའི་ཐུགས་ཉིད་གི་ ༡༢  
བསྐྱེད་འདི་ནགས་ཚལ་ན་ལུ་བྱོན་ཡི།

རི་ནགས་མཚལ་ན་ལུ་ཉིམ་ཞག་ཁས་ཉིས་ཐུབ་དུ་ ༡༣  
བདུད་གི་ཡི་ཤུ་གི་ཐུགས་སད་འདི་སེམ་ཅོན་གཙུག་གཙུག་  
འདི་སུ་གི་ཡི་ཤུ་ལུ་སྒྲོད་མ་རྩལ་འདི་ལས་ནམ་མཁའ་གི་  
ཕྱོད་འདི་སུ་འོང་འདི་གི་ཡི་ཤུ་གི་ཞབས་ཆེ་ཞུས་ཡི།

གཤིལ་གི་ཡུལ་ལུ་གཙུག་པོ་ཡི་ཤུ་གི་ཐུགས་ལས་

གཞང་ནི་མགྲུ་ཅུ་ནི།

ཡི་ན་ནན་བཙོན་ལུ་བཅུག་ཅི་གི་ཤུལ་ལས་ཡི་ཤུ་གི་ ༡༤  
སེམས་ལུ་བྱོན་འདི་དགོན་མཚོག་གི་འཕྱིན་བཟང་འདི་

༡༣ རྒྱལ་ས་ཅི། ད་དུས་ཚོད་རེན་བེད་ཀོན་མཚོག་གི་རྒྱལ་  
ཁམས་འདི་བོ་ལོ་ཁ་ལུ་ཐོང་ཡི་ཁྱོད་སེམས་རྒྱུར་ཅིག་དང་  
འཕྱིན་བཟང་འདི་ལུ་དེབ་བེད་དང་དཀོན་མཚོག་གི་བཀའ་ལུ་  
ཡི་དེབ་བེད་སེམས་ཁྱུངས་ཡི།

ཉ་པོས་བཞི་ལུ་གཅི་བོ་ཡི་ཤུ་གི་བོ་ནི།

༡༤ འདི་ལས་ཡི་ཤུ་ག་ལིལ་གི་མཚོའི་མཐའ་མ་ལུ་བྱོན་  
འདི་གི་སེམས་ཚོན་དང་ཨན་དེ་ཡི་ཟེར་མི་གི་སྤྱན་གཉིས་ཆ་ར་  
ཉ་པོས་བེད་འདི་གི་ཉ་དོལ་ཆུ་ན་ལུ་ཀོ་བ་ཡི་ཤུ་གི་གཟིགས་  
༡༥ འདི། ཡི་ཤུ་གི་འདི་སྤྱུ་ལུངས་གི་ཤུལ་ལེ་ཤོག་ང་གི་ཆ་  
ལུ་སྤྱི་འདི་སྤྱུ་དཀོན་མཚོག་གི་རྒྱལ་ཁམས་ན་ལུ་ཁྱེད་འདི་  
༡༦ གི་ཀེ་མི་བོ་བེད་སེམས་ཁྱུངས་ཡི། འདི་གཟིགས་ཆ་ལུ་ཅི་  
ཁོང་གཉིས་གི་ཉ་གི་དོལ་འདི་སྤྱུ་ཀོ་འདི་ཞགས་འདི་གི་  
ཡི་ཤུ་གི་ཤུལ་ལེ་སོང་ཡི།

༡༧ འདི་ལས་ཁོང་ག་ར་ཕ་དེ་འབྱོན་འདི་གི་ཟེ་བད་ཡི་ཡི་  
བུ་ཡི་ཀོབ་དང་འདི་གི་སྤྱན་ཡོད་ན་ནས་གཉིས་ཡི་གུ་གཅིག་  
གི་ནང་ན་ལུ་སྤྱི་འདི་གི་ཉ་དོལ་སེམས་ཁྱུངས་ཅི།

ཡི་ཤུག་ཁོང་གཉིས་ལུ་ཡི་ཚུར་ཤོག་སེ་བཀའ་གནང་འདི་ २०  
གི་ཁོང་གཉིས་གི་རང་གི་ཕ་ཟེ་བེད་ཡི་ལུ་སྐབ་དང་མཉམ་  
ཅི་གུ་ན་ལུ་བཞག་འདི་གི་ཡི་ཤུག་ཤུག་ལས་སོང་ཡི་།

སྒྲི་གཅིག་ལུ་མདུད་གི་ཤིས་འདི་གི་སྒྲོད་མི་།

འདི་ལས་ཁོང་ག་ར་ཀ་ཕར་ན་དུམ་ལུ་བྱོན་འདི་གི་ २१  
ངལ་འཛའི་ཉི་མ་ལུ་ཡི་ཤུ་ཆོས་ཁང་ན་ལུ་བྱོན་འདི་གི་  
མཆོས་ཤེགས་ཅི་། ཡི་ཤུ་གི་འདི་སྐུ་ལུ་ཆོས་ཤེགས་ལུ་ २२  
དང་ཆོས་ལུ་མཁས་མི་སྒྲི་འདི་སྐུ་དང་མི་འདྲ་བ་ལུ་དབང་  
བློ་ཡོད་མི་ཅི་རྩམ་བྲེ་ཨིམ་མི་འདི་གི་སྒྲི་འདི་སྐུ་ཏེ་ལས་  
འདི་ཅི་།

འདི་གི་ཆེ་སྒྲི་འདི་སྐུ་གི་ཆོས་ཁང་ན་ལུ་མདོན་མི་ཅམ་ २३  
གི་གཟུང་བྲེ་གི་སྒྲི་ཅིག་ཁིག་འོང་འདི་གི་སྐད་སྒྲུམ་ཅམ་འདི་  
གི་། ཁྱོད་ལུ་ཕ་ན་ཅ་རེ་ཕ་གི་ཡི་ཤུ་ཨིམ་ང་ཅི་གི་ཤིས་ང་ २ॣ  
ཅི་ཁྱོད་དང་མཉམ་ཅི་གདོན་འདྲ་ག་ཅིམ་ཁྱོད་གི་ང་ཅི་མེབ་  
གཏང་བ་ལུ་བྱོན་བྲེ་ན་ཁྱོད་ག་ཨིན་ན་ང་ཅི་གི་སྐུ་ཤིས་ཁྱོད་  
སྐུ་མེབ་བྲེ་དཀོན་མཆོག་གི་སྐུ་ཨིན་སེ་ཞུས་ཡི་། འདི་ २५

- ལས་སྒྲིལ་འདི་ལྟ་ཡི་ཤུ་འགྲོམ་བྱི་འདི་གི་གསུངས་ཡི་ད་ཁ་  
 ཅུམ་འདི་གི་ཁོ་གི་ནང་ཀོ་ན་ལས་པང་ཁ་ལྟ་ཐོན་སེ་འདི་བེ་  
 25 བཀའ་གནང་ཡི་། འདི་བེ་ཡི་ཤུ་གི་གསུངས་ཚུ་ཅི་འདུད་  
 འདི་གི་སྒྲིལ་འདི་ལྟ་པ་ཐོན་ཅུ་འཐོན་འདི་སྐད་སྒྲོམ་ཤོ་འདི་  
 27 སྒྲིལ་འདི་གི་ནང་ཀོ་ན་ལེ་པང་ཁ་ལྟ་ཐོན་ཡི་། འདི་ཐོང་འདི་  
 གི་སྒྲིལ་ག་ར་ནམ་ཏོ་ལང་འདི་གི་གཅིག་གི་གཅིག་ལྟ་གི་ཡི་  
 ཡི་ཤུ་གི་མཐུ་སྒྲོམ་འདི་གི་མདུད་འདི་སྤྱ་ལྟ་བཀའ་གནང་  
 29 འདི་འདི་སྤྱ་གི་ཁོ་གི་བཀའ་ལྟ་ཉན་སེ་སེ་ལབ་ཅི་། འདི་  
 སྒྲོམ་ལས་ཡི་ཤུ་གི་མཚན་ག་ལིལ་ཡུལ་ག་ར་ལྟ་གང་ཡི་།  
 དེ་ཏོ་གི་ཨམ་སྒྲུམ་ལྟ་གཅི་བོ་ཡི་ཤུ་གི་གྲུབ་སོ་བ་བློ་ནི་།  
 30 འདི་ལས་འདི་སྒྲོམ་ལས་ཡི་ཤུ་ཚོས་ཤེགས་ས་ལས་  
 རྒྱ་ལོག་ལྟ་བྱོན་འདི་ཡ་ཀོབ་དང་ཡོ་ཏ་ནན་གཉིས་ནང་  
 མཉམ་ཅི་སི་མོན་དང་ཨན་ཏི་ཡ་གི་བྱིམ་ན་ལྟ་བྱོན་ཡི་།  
 32 འདི་ཁ་ལྟ་སི་མོན་གི་ཨམ་སྒྲུམ་འདི་ཚོད་བེ་ནང་གི་བཅུ་  
 འདི་གི་ཉལ་འདི་འདུག་འདི་ཁ་གི་སྒྲིལ་འདི་སྤྱ་གི་ཡི་ཤུ་མ་  
 མོ་གི་གནས་ཚུལ་ཉུས་ཡི་། འདི་ལས་ཡི་ཤུ་མོ་གི་སྒྲོམ་

ཁ་ལུ་བྱོན་འདི་མོ་གི་ལག་པ་ལས་ཤོས་འདི་རྩོང་འདི་ཚོད་  
 བའི་ནད་འདི་གྲག་ཅི་འདི་ལས་མོ་གི་ཡི་ཤུ་གི་ཞབས་ཆི་  
 ཉུས་ཡི་།

ཕྱིན་གྲུ་སྒྲི་ལས་ཤུ་ལུ་གཅི་བོ་ཡི་ཤུ་གི་གྲུ་བ་ཟེ་ནི་།

འདི་ལས་ཕྱི་རུ་ལུ་ཉིས་མ་རྩུས་ཡི་གི་དེ་མ་ལུ་སྒྲི་འདི་ 22  
 ལུ་གི་ནེབ་འད་འགྲེ་གི་རྩོང་མི་གི་སྒྲི་ག་ར་ཡི་ཤུ་གི་སྒྲུ་  
 འདུན་ལུ་ཁྲིག་འདི་འོང་ཡི་དུས་འདི་ལུ་འདི་ཁ་གི་ཡུལ་གི་  
 སྒྲི་ག་ར་མགོ་ཁ་ལུ་རྩོམ་ཡི་། ཡི་ཤུ་གི་ནས་མ་ཅིབ་ལས་ 23  
 ཤར་གྲུ་སོ་བ་ཟེ་ཡི་མགྲེ་ཡི་ལས་ཤར་སྒྲོན་ཡི་མགྲེ་འདི་  
 ལུ་གི་ཡི་ཤུ་ལུ་སྒྲོ་ཤེས་རུང་ཡི་ཤུ་གི་མགྲེ་འདི་ཅུ་ལུ་ཁ་ཡི་  
 ལབ་མ་དེ་། ཡི་ཤུ་གི་ནད་མ་ཅིབ་མ་ཅིབ་ལས་ཤར་གྲུ་ 24  
 སོ་ལྟ་ཟེ་ཡི་མགྲེ་ཡི་ལས་ཤར་སྒྲོན་འདི་མགྲེ་འདི་ལུ་གི་  
 ཡི་ཤུ་ངོ་ཤེས་རུང་ཡི་ཤུ་གི་འདི་སྒྲུ་ཁ་ལབ་མ་དེ་།

གཅི་བོ་ཡི་ཤུ་ཆོས་གཞང་བི་གི་དོན་ལུ་བྱོན་ཡི་།

འདི་ལས་གྲོ་བ་ནམ་མ་ལངས་ཤི་གི་དེ་མ་ཡི་ཤུ་ཞིངས་ 25  
 འདི་སྒྲི་ག་ཡི་མི་ཤི་གི་ས་ཅིག་ལུ་བྱོན་འདི་སྒྲོན་ལས་དབས་

- ༢༩ འདི་བཞུགས་ཅི། སི་མོན་དང་ཁོ་གི་ཆ་རོ་ཅུ་ཡི་ཤུ་ཆོལ་བ་  
 ༣༠ མོང་ཡི། ཡི་ཤུ་ལུ་མཛེལ་འདི་ཡི་ཤུ་ལུ་ཁྱུས་ཡི་སྒྲི་ག་ར་  
 ༣༤ གི་ཁྱོད་ལུ་འཆོལ་འདས་སེ་ཁྱུས་ཡི། ཡི་ཤུ་གི་ཁོང་ལུ་  
 བསྐྱུངས་ཡི་ང་ཅི་སྒྲེ་ལོ་ཁ་གི་ཡུལ་འདི་སུ་ན་ལུ་རྒྱ་འདི་  
 ཆོས་འདི་ཤེགས་ཀོ་ང་འདི་གི་དོན་ལུ་འོང་འོམ་ཨིན།  
 ༣༨ འདི་ལས་ཁོང་ག་ར་ག་ལེལ་ཡུལ་གི་ཆོས་ནི་སི་ག་ར་ལུ་  
 བྱོན་འདི་ཆོས་ཤེགས་འདི་མག་འདི་ཅུ་ཡི་ལས་ཤེ་རྟོན་ཡི།

གཙོ་བོ་ཡི་ཤུ་གི་སྒྲི་མཛེས་ན་མི་ལུ་གྲུབ་སོ་བ་མཛེད་ནི།

- ༤༠ དུས་འདི་ལུ་སྒྲི་མཛེས་ན་མི་གཅིག་ཡི་ཤུ་གི་རྒྱུ་རྒྱུན་  
 ལུ་འོང་འདི་སྒྲི་མོ་ས་ལུ་བཞུགས་འདི་གི་ཡི་ཤུ་ལུ་དེ་ནི་  
 ཁྱུས་ཡི་ཁྱོད་གི་ཐུགས་རྗེ་ཡོད་བ་ཅིན་ང་ལུ་ནས་འདི་ལས་  
 ༤༡ གྲུབ་སོ་བ་མཛེད་གནང་སེ་ཁྱུས་ཡི། འདི་ལས་ཡི་ཤུ་གི་  
 ཐུགས་མཛེ་གཅིགས་འདི་ཐུག་བརྒྱུངས་འདི་སྒྲི་འདི་ལུ་  
 དེག་འདི་གི་དེ་ནི་བསྐྱུངས་ཡི་ངས་གི་རེ་བ་ཨིན་ཁྱོད་ཅང་  
 ༤༢ དེག་དོ་བྱུང་ཅུག་སེ་བསྐྱུངས་ཡི། འདི་ནི་བཀའ་གནང་བ་  
 ཅམ་ཅི་གི་སྒྲི་འདི་གི་མཛེས་འདི་གྲག་འདི་ཅང་དེག་དོ་བྱུང་



ཅི་། འདི་ལས་ཡི་ཤུ་གི་སྒྲི་འདི་ལུ་ལས་ཤོམ་བེ་བཀའ་ ༨  
 བཀའ་འདི་གི་སྒྲི་འདི་ལུ་མ་འཁོར་བ་དགོམས་པ་བཀའ་  
 འདི་གི་བདེ་བེ་བསྐྱུངས་ཡི་། ཉན་ཅི་སྒྲི་བཞན་བཀ་ལུ་ཡི་བཀ་ ༩  
 ཅི་ཡི་མ་ལབ་ད་སོང་འདི་གི་བྱོད་རང་གི་བྱུ་འདི་སྒྲི་ལུ་  
 བཟུན་འདི་གི་བྱོད་རང་ལུ་ཅང་དོག་དོག་གུར་བའི་དོན་ལུ་མོ་  
 ཤེས་གི་བཀའ་བཀའ་འདོའུ་བྱུ་བེ་མཚོཔ་ཤུལ་ཅིག་སྒྲི་  
 འདི་སྐུ་ལུ་བར་མི་བའི་དོན་ལུ་ཡི་ཤུ་གི་འདེ་བེ་བསྐྱུངས་  
 ཡི་། ཡི་ཤུ་གི་འདེ་བེ་བསྐྱུངས་བྱུང་སྒྲི་འདི་གུ་འདི་གི་ལོ་ ༡༠  
 གུ་འདི་གར་ལུ་ཤེགས་འདི་གི་བཀའ་བོ་ཡི་ཤུ་མངོན་སུམ་  
 བེ་ཤུལ་ལུ་བྱོན་མ་སུབ་བེ་སྒྲི་བཀ་ཡི་མི་སྒྲི་ས་ཁ་ལུ་བྱོན་འདི་  
 གི་བཞུགས་འདི་གི་སྒྲི་ལས་ཤུ་ཡི་ཤུ་གི་སྐྱན་འདུན་ལུ་  
 འོང་ཡི་།

བཀའ་བོ་ཡི་ཤུ་གི་གུམ་ནས་ན་མི་གི་སྒྲི་

ལུ་བྱུ་བ་སོ་བ་མཛད་ནི་།

འདི་ལས་ཞབ་ཅི་ལངས་བེ་གི་ཤུལ་ལས་ཡི་ཤུ་ག་

མར་ན་ཉུམ་ལུ་འབྱོན་འདི་གི་ཡི་ཤུ་བྱིམ་ན་ལུ་འབྱོན་བེ་གི་

ལོ་གུས་སྒྲི་བཀར་གི་བོ་ཡི་།

2 སྒྲིལ་སྒྲིལ་ལ་འཛོམས་ནི་འདི་གི་བྱིས་གི་གློ་ཁ་ལུ་ཡེ་  
སྒྲོད་སི་མི་བ་ལུ་ཡི་ཤུ་གི་སྒྲིལ་འདི་སྒྲུ་ལུ་མཚོས་ལས་ལ་  
ཤེགས་ཅི།

3 ཏུས་འདི་ལུ་གུམ་ནད་ན་མི་གི་སྒྲིལ་ཅིག་སྒྲིལ་བཞི་གི་བག་  
འདི་གི་ཡི་ཤུ་གི་སྒྲིལ་མདུན་ལུ་འོང་ཡི།

4 སྒྲིལ་སྒྲིལ་ལ་ཡོད་ཅི་གི་དོན་ལས་སྒྲིལ་གུམ་ནད་ན་མི་བག་  
སི་འདི་སྒྲུ་ཡི་ཤུ་གི་སྒྲིལ་མདུན་ལུ་མ་གཟུགས་བ་ཡི་ཤུ་  
བཞུགས་སི་གི་བྱིས་འདི་གི་ཕྱིས་དྲོའ་ཕྱིས་འདི་གི་སྒྲིལ་གུམ་  
ནད་ན་མི་འདི་ཡི་ཤུ་གི་སྒྲིལ་མདུན་ལུ་ཡེ་ཅི།

5 ཡི་ཤུ་གི་སྒྲིལ་འདི་གི་དེབ་འདི་གཟིགས་འདི་གི་གུམ་  
ནད་ན་མི་སྒྲིལ་འདི་ལུ་གསུངས་ཡི་ངས་གི་ཆ་རོ་བྱོད་གི་སྒྲིལ་  
འདི་སྒྲུ་བསལ་ཡི་འདི་ཅེ་བཀའ་གནང་ཡི།

6 འདི་ཁ་ལུ་འཛོམས་འདི་སྒྲོད་སི་མཚོས་ལུ་མཁས་སི་  
སྒྲིལ་འདི་སྒྲུ་གི་སེམས་ཁ་ལུ་འདི་རྒྱུ་ཅེ་ནོ་ཡི།

7 སྒྲིལ་འདི་གི་གཏེ་ཅེ་འདི་ཅེ་ལབ་མེ་ཁོ་གི་དགོན་མཚོག་  
གི་མཚན་ལུ་སྒྲོད་སྒྲོད་ཏམ་མི་དགོན་མཚོག་ཅམ་ཅི་མ་

གདོན་པ་པ་གཞན་ག་གི་ཡེ་སྒྲིབ་སེ་མི་རྩལ་སེ་ཁོང་རང་གི་  
སེམས་ཁ་ལུ་རྫོ་ས་འདི་རྩམ་བེ་བཏང་ཡི་།

འདི་སྒྲོལ་ལས་ར་ཡི་ཤུ་རང་གི་གཤམ་པ་ལུ་སྒྲི་འདི་ ༥  
སུ་གི་ག་ཅི་དང་ག་ཅི་རྫོ་མི་འདི་སུ་ག་ར་བྱེན་འདི་གི་ཆ་  
གི་སེམས་ཁ་ལུ་རྫོ་ས་འདི་རྩམ་བེ་ག་ཅི་བེ་རྫོ་ཕུ་མོ་། ལུས་ ༦  
ནད་ན་མི་སྒྲི་ལུ་བྱོད་གི་སྒྲི་བ་འདི་བསལ་ཡི་སེ་ལབ་མི་འདི་  
འཇམ་དགའ་ཡང་ཅན་ཡོངས་འདི་གི་བྱོད་གི་ཉལ་བྱི་འདི་  
བྱུ་འདི་གི་སོང་སེ་ལབ་མི་འདི་འཇམ་། ད་དོང་གི་ཆ་ ༡༠  
ལུ་རྫོན་ནི་སྒྲི་གི་བྱུ་ལུ་གཞིགས་དེན་ན་ལུ་སྒྲི་བ་སེལ་བི་གི་  
དབང་ཡང་ཡོད་སེ་གསུངས་འདི་གི་ལུས་ནད་ན་མི་གི་སྒྲི་  
འདི་ལུ་གསུངས་ཡི་། ང་གི་བྱོད་ལུ་གསུངས་བེ་ད་དོ ༡༡  
ཡོངས་འདི་གི་བྱོད་ར་རང་གི་ཉལ་བྱི་བྱུ་འདི་གི་བྱོད་ར་  
རང་གི་བྱིས་ན་ལུ་སོང་སེ་འདི་བེ་བཀའ་གནང་ཡི་། འདི་ ༡༢  
ཁ་ལུ་སྒྲོད་མི་གི་སྒྲི་འདི་སུ་གི་མདོང་ཁ་ལུ་སྒྲི་འདི་གི་ཁོ་ར་  
གི་ཉལ་བྱི་བྱུ་འདི་གི་ཁོ་ར་གི་བྱིས་ན་ལུ་སྒྲི་འདི་གི་བྱུ་  
ཕུ་སྒྲི་འདི་སུ་གི་མཐོང་འདི་གི་སྒྲི་འདི་སུ་ག་ར་ཏ་ལས་འདི་

འདི་གི་དཀོན་མཆོག་ལུ་སྟོན་ཕུལ་འདི་གི་ལབ་ཅིང་ཅི་གི་  
འདི་ཟུམ་གི་ལྟ་ནམ་ཅི་ཡེ་མ་གྲོང་སེ་འདི་བེ་ལབ་ཅི།

སྟེ་བེ་ལུ་གཙོ་བོ་ཡི་ཤུག་བོ་ཅི།

22 འདི་ལས་ཡི་ཤུག་ལིལ་གི་མཆོ་འེ་མཐའ་མ་ལུ་བྱོན་  
འདི་གི་སྟེ་ལས་ཤུག་ཤུག་སྟུན་མདུན་ལུ་འཛེམས་འདི་  
གི་ཡི་ཤུག་འདི་སུ་ལུ་མཆོས་དོན་ཡི།

23 འདི་ལས་ཡི་ཤུག་མར་བྱོན་འདི་ཨལ་མ་ཡི་བུ་ལེ་སྟེ་  
རིམ་མི་གི་སྟེ་འདི་མཁམ་ལེན་འདི་གི་སྟོན་སྟེ་ཤུ་ཡི་ཤུག་  
གཟིགས་འདི་གི་ཡི་ཤུག་ཁོ་ལུ་ཡེ་ངས་གི་ཤུལ་ངས་ཤོག་  
སེ་གསུངས་འདི་འདི་ལས་ཁོ་ལོངས་འདི་གི་ཡི་ཤུག་ཤུག་  
ལས་འོང་ཡི།

24 ཨུ་ཅི་ཤུག་ལས་ཡི་ཤུག་སྟེ་འདི་གི་རྒྱུ་ན་ལུ་གསལ་མ་  
བཞེས་འདི་གི་རྒྱགས་འདི་འདི་ལུ་མཁམ་ལེན་མི་གི་  
སྟེ་འདི་སུ་དང་སྟེ་སྟེ་ག་ཅན་ལས་ཤུག་ཤུག་ཤུག་ལས་  
འོང་འོས་ཡིན་འདི་སུ་ཡེ་ཡི་ཤུག་དང་ཉི་གནས་འདི་སུ་དང་  
མཉམ་ཅི་གསོལ་བ་བཞེས་ཅིག་།

མཚེས་ལུ་མཁས་མི་གི་སྤྲི་དང་པ་རུ་གི་པ་འདི་སུ་གི་ 25  
 ཡི་ཤུ་སྤྲི་སྤྲི་ག་ཅན་གི་སྤྲི་འདི་སུ་དང་མཁེས་གི་སྤྲི་འདི་སུ་  
 དང་མཉམ་ཅི་གསེལ་བ་བཞིས་མི་འདི་མཐོང་འདི་གི་ཉེ་  
 བཞུགས་འདི་སུ་ལས་དྲི་ཡི་ག་ཅི་གི་དོན་ལུ་ཡི་ཤུ་སྤྲི་སྤྲི་ག་  
 ཅན་འདི་སུ་དང་མཁེས་གི་སྤྲི་འདི་སུ་དང་མཉམ་ཅི་གསེལ་  
 བ་བཞིས་མི་འདི་ག་ཅི་མོ་སེ་དྲི་ཡི་། ཡི་ཤུ་གི་འདི་གོ་འདི་ 26  
 ཁོང་ལུ་གསུངས་ཡི་སྤྲི་ཁམས་འདི་མི་འདི་སུ་ལུ་གྲུང་ཆོ་  
 མིང་དགོ་ནེབ་འདི་སུ་ལུ་གྲུང་ཆོ་དགོ་བེ་འདི་ཟུམ་བེ་ང་ཡི་  
 སྤྲི་མཚེས་ལུ་ཐུང་མི་འདི་སུ་གི་དོན་ལུ་བྱོན་བྱོཔ་མམ་བ་ང་  
 སྤྲི་སྤྲི་ག་ཅན་འདི་སུ་གི་དོན་ལུ་བྱོན་བྱོཔ་ཨིན་སེ་གསུངས་  
 ཡི་།

སྤྲུང་གནས་སྤྲུང་ནས་གི་ལོ་རྒྱུ་ལེ་གི་བ་།

འདི་གི་ཆོ་ཡོ་ཏ་ནན་གི་ཉེ་གནས་དང་པ་རུ་གི་པ་འདི་ 27  
 སུ་སྤྲུང་གནས་སྤྲུང་འདི་གི་སྤྲི་ལ་ལོ་ཅིག་ཡི་ཤུ་གི་རྒྱན་  
 མདུན་ལུ་འོང་འདི་གི་ཞུས་ཡི་ཡོ་ཏ་ནན་གི་ཉེ་གནས་དང་པ་  
 རུ་གི་པ་འདི་སུ་སྤྲུང་གནས་སྤྲུང་མེ་ཡིན་རུང་ཁྱོད་གི་ཉེ་  
 གནས་འདི་སུ་སྤྲུང་གནས་མི་སྤྲུང་བེ་སེ་ཞུས་ཡི་། འདི་གི་ 28

ལེན་ཡི་ཤུ་གི་སྒྲི་འདི་སུ་ལུ་གསུངས་ཡི་ཉེན་ཅབ་ས་ལུ་འོང་  
 མི་གི་མགོན་པོ་འདི་སུ་ཉེན་ཅབ་ས་ལས་ག་ཅི་ཡེ་མི་ཟ་བ་  
 རྒྱ་ལུང་དག་སེ་དོན་འད་ར་མི་རྒྱ་ཉེན་ཡོད་སོན་སེ་ཁོང་གི་  
 ༢༠ འདི་ལྷམ་བེ་ནམ་ཅི་ཡེ་མི་བེ་སེ་གསུངས་ཡི་། ཉེན་ཅབ་  
 ཚུ་འད་དང་མག་པ་འདི་ཁོང་གི་སྒྲི་ཁ་ལས་ཡ་སོབ་འད་  
 ཁོང་གི་འདི་ལྷམ་བེ་སྒྲི་ཡི་གི་དུས་བྱུང་འོང་སེ་གསུངས་ཡི་།

༢༡ སྒྲི་ག་གི་ཡེ་གོ་ལ་ཆེ་བ་ལུ་ལྷེ་མ་བ་གསར་པ་མི་དབ་  
 གཤ་སི་དབ་བ་ཅིན་ལྷེ་མ་བ་གསར་པ་འདི་གི་གོ་ལ་ཆེ་བ་  
 འདི་ཉལ་འདི་གི་ཉེ་མ་ལས་ཡེ་སྒྲི་བེ་དོང་ཐོན་འོང་སེ་  
 ༢༢ གསུངས་ཡི་། ད་རུ་སྒྲི་ག་གི་ཡེ་མཆང་གསར་པ་འདི་ཀོ་  
 ཀོ་ཆེ་བ་བེ་གི་ནང་ཀོ་ན་ལུ་མི་ལུག་གཤ་སི་ལུག་བ་ཅིན་ཀོ་  
 ཀོ་འདི་ཐེག་འདི་གི་རྒྱ་འོང་འདི་གི་དོན་ལུ་མཆང་གསར་པ་  
 གི་དོན་ལུ་ཀོ་ཀོ་ཡང་གསར་པ་མགོ་སེ་གསུངས་ཡི་།

ཉེས་གནས་འདི་སུ་གི་ཟ་ཉི་མ་ལུ་ཀ་གི་མག་དོ་དོག་ནི་།

༢༣ ད་ངལ་ཚོ་བའི་ཉི་མ་ལུ་ཡི་ཤུ་དང་ཉེ་གནས་འདི་སུ་  
 ཞིང་ཅིག་ལས་བེ་བྱོན་འདི་ཡི་ཤུ་གི་ཉེ་གནས་འདི་སུ་གི་གཤ་

གི་མགུར་བཞུགས་འདི་གི་སྒྲིབ་ཅི་། འདི་ཕ་རུ་ཤི་པ་འདི་ 20

སུ་གི་འདི་མགོང་འདི་གི་ཡི་ཤུ་ལུ་ཁྱེས་ཡི་ངལ་གསོ་གི་ཉི་

མ་ལུ་བེ་མ་དུ་བ་བེ་གི་ལུ་འདི་ཁྱོད་གི་ཉི་གནས་འདི་སུ་གི་

བེའུ་མེ་སེ་ཁྱེས་ཡི་། ཡི་ཤུ་གི་ཁོང་ལུ་ད་བེད་དང་ཁོ་དང་ 21

ཉམ་ཅི་ཡོད་མི་སྒྲིབ་འདི་སུ་ཉི་ལུ་ཁྱེས་འདི་གི་སྒྲིབ་བེ་གི་

དུས་གི་ཡོ་གྱུས་འདི་ཁྱོད་གི་ནམ་ཅི་ཡི་མ་གྲོགས་ག་སེ་

གསུངས་ཡི་། ཡེ་ཡ་ཕ་ཕ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་བེད་དུས་ལུ་དགོན་ 22

མཚོག་གི་མཚོས་ཁང་གི་ནང་གོ་ན་ལུ་གྱུ་འདི་གི་དགོན་

མཚོག་ལུ་ཕུལ་མི་གི་ཁ་ལས་འདི་སྒྲུབ་སྒྲུབ་གི་མ་གཞིགས་

པ་གཞན་ག་གི་ཡི་ཟ་མི་ཚོག་བེ་གི་ཁ་ལས་འདི་ཁོ་གི་ཟ་

འདི་འདི་ལས་ཁོ་ར་གི་ཡོད་འདི་སུ་ལུ་ཡི་བྱིན་ཡི་སེ་ཡི་ཤུ་

གི་ཕ་རུ་ཤི་པ་འདི་སུ་ལུ་གསུངས་ཡི་། ཡི་ཤུ་གི་ཁོང་ལུ་ 23

གསུངས་ཡི་ངལ་ཚོ་གི་ཉིམ་འདི་སྒྲིབ་འདི་སུ་གི་དོན་ལུ་ཟོ་

ཟོའུ་ཨིན་སྒྲིབ་འདི་ངལ་ཚོ་གི་ཉིམ་གི་དོན་ལུ་ཟོ་ཟོའུ་མེ་།

སྒྲིབ་གི་ཤུ་འདི་ངལ་ཚོ་གི་ཉིམ་གི་གཙོ་བོ་ཡང་ཨིན་སེ་ 24

གསུངས་ཡི་།

སྒྲིལ་བ་གི་ཤ་སྒྲུབ་ས་མི་གཅིག་།

- ༡ འདི་ལས་ཡི་ཤུ་ཞེངས་འདི་གི་མཚོས་ཁང་ན་ལུ་བྱོན་
- ༢ འདི་གི་མཚོས་ཁང་གི་ནང་གོ་ན་ལུ་སྒྲིལ་བ་གི་ཤ་
- ༣ བསྒྲུབ་ས་ཀྱི་མི་ཅིག་སྒྲིལ་བ་འདྲུག་། ཡི་ཤུ་ལུ་དེ་ད་ཚོ་ལ་མགོ་
- སྒྲིལ་བ་གི་སྒྲིལ་བ་འདི་སྒྲིལ་བ་འདི་སྒྲིལ་བ་འདི་སྒྲིལ་བ་འདི་
- སྒྲིལ་བ་འདི་སྒྲིལ་བ་འདི་སྒྲིལ་བ་འདི་སྒྲིལ་བ་འདི་སྒྲིལ་བ་འདི་
- ཅི་། འདི་ལས་ཡི་ཤུ་གི་སྒྲིལ་བ་གི་ཤ་བསྒྲུབ་ས་མི་གི་སྒྲིལ་
- འདི་ལུ་ད་ཚོ་ལས་འདི་ཚུར་ཤོག་སེ་འདི་སྒྲིལ་བ་སྒྲིལ་བ་ཡི་།
- ༥ འདི་ལས་ཡི་ཤུ་གི་སྒྲིལ་བ་འདི་སྒྲིལ་བ་འདི་སྒྲིལ་བ་འདི་སྒྲིལ་བ་འདི་
- སྒྲིལ་བ་འདི་སྒྲིལ་བ་འདི་སྒྲིལ་བ་འདི་སྒྲིལ་བ་འདི་སྒྲིལ་བ་འདི་
- སྒྲིལ་བ་འདི་སྒྲིལ་བ་འདི་སྒྲིལ་བ་འདི་སྒྲིལ་བ་འདི་སྒྲིལ་བ་འདི་
- ༧ གི་ག་ཅི་ཡེ་ལེན་སྒྲིལ་བ་སྒྲིལ་བ་། འདི་ལས་ཡི་ཤུ་བྱུགས་
- བྱུགས་འདི་གི་སྒྲིལ་བ་འདི་སྒྲིལ་བ་འདི་སྒྲིལ་བ་འདི་སྒྲིལ་བ་འདི་
- སྒྲིལ་བ་འདི་སྒྲིལ་བ་འདི་སྒྲིལ་བ་འདི་སྒྲིལ་བ་འདི་སྒྲིལ་བ་འདི་
- སྒྲིལ་བ་འདི་སྒྲིལ་བ་འདི་སྒྲིལ་བ་འདི་སྒྲིལ་བ་འདི་སྒྲིལ་བ་འདི་



ཀྱང་འདི་གི་འདི་ལས་ཁོ་གི་ལབ་འདི་གྲག་སེ་ཡི་། འདི་ 6  
 ལས་པ་རུ་ཤི་བ་འདི་སྤྱེལ་གྱི་འདི་གི་འདི་སྤྱེལ་ལས་ར་  
 ཉེ་རོ་འདི་གི་ཆ་རོ་འདི་སྤྱེལ་དང་མཉམ་ཅི་ཡི་ཤུ་ལུ་ག་དེ་སྤྱེལ་  
 གསལ་སྤྱེལ་ག་འདི་གི་བྱོ་རྟོ་འདུ་ཡི་།

སྤྱེལ་ལས་ཤེ་མཆོ་གི་བྱ་མ་ལུ་།

འདི་ལས་ཡི་ཤུ་ཉེ་གནས་འདི་སྤྱེལ་དང་མཉམ་མཆོ་འདི་ 7  
 བྱ་མ་ལུ་བྱོན་འདི་ག་ལེལ་གི་ཡུལ་ལས་སྤྱེལ་ལས་ཤེ་ཡི་ཤུ་གི་  
 ཤུལ་ལས་སོང་ཡི་། ཡ་དུ་ད་དང་ཡི་རུ་ཤེ་ལེམ་ལེ་དང་ 8  
 ཡི་འདུམ་ཡ་དང་ཡོར་འདི་གི་པ་ཁ་ལས་དང་ཆོན་དང་  
 ཆོ་མདོན་ཡུལ་གི་སྤྱེལ་ལེ་ཁ་གི་ཡུལ་ལས་ཡང་སྤྱེལ་ལས་ཤེ་  
 ཡི་ཤུ་གི་ཉ་ལས་འདི་སེ་སེ་གི་ལོ་གྱུས་འདི་སྤྱེལ་གི་འདི་གི་  
 ཡི་ཤུ་གི་སྤྱུན་མདུན་ལུ་འོང་ཡི་། འདི་ལས་ཡི་ཤུ་གི་ཁོ་ར་ 9  
 གི་ཉེ་གནས་འདི་སྤྱེལ་ལུ་སྤྱེལ་ལས་ཤེ་ཅིག་གི་ཅིག་ལུ་མ་ཅེལ་  
 ཅི་གི་དོན་ལུ་གྲུ་ཅུང་ཀུ་ཅིག་ཡི་ཤུ་ལུ་ཆོལ་སེ་གསུངས་ཡི་།  
 ག་ཅིམ་ཟེར་བ་ཅིན་ཡི་ཤུ་གི་སྤྱེལ་ལས་ཤེ་གི་ནས་གྲུབ་སོ་ 10  
 མཛད་འདི་གི་ག་ག་ལུ་ནས་ཡོད་སེ་འདི་སྤྱེལ་ག་ར་ཡི་ཤུ་ལུ་

- 22 རེག་བྱི་གི་དོན་ལུ་ཡི་ཤུ་གི་སྐྱོན་མདུན་ལུ་འོང་ཡི་། ད་ཅུ་  
མདོན་གི་བྱང་མི་གི་སྒྲིལ་འདི་སུ་གི་ཡི་ཤུ་ལུ་མཛེལ་ལུ་ཅམ་ཅི་  
གི་ཡི་ཤུ་གི་སྐྱོན་མདུན་ལུ་ལུས་ས་ཁ་བདེབས་འདི་གི་སྐྱོན་  
སྒྲིལ་བྱི་ཀྱུ་འདི་གི་ཡི་ཤུ་ལུ་ན་མེ་བྱི་དཀོན་མཆོག་གི་སྐྱོན་  
23 ཡིས་མེ་སེ་འདི་བྱི་ལུས་ཡི་། འདི་ལས་ཡི་ཤུ་གི་མདོན་  
འདི་སུ་ལུ་ངས་གི་ལོ་རྒྱུ་མ་ལབ་སེ་ལས་ཤོས་བྱི་ཁོང་ལུ་  
གསུངས་ཡི་།

སྒྲིལ་བཅུ་གཉིས་ལུ་ཅ་ནི་།

- 23 འདི་ལས་ཡི་ཤུ་རི་ལུ་བྱོན་བྱི་གི་དུས་ལུ་ག་ག་ལུ་  
ཐུགས་གཏིས་མི་སྒྲིལ་འདི་སུ་ལུ་ཆུར་ཤོག་སེ་བཀའ་གནང་འདི་  
24 གི་འདི་སུ་ཡི་ཤུ་གི་སྐྱོན་མདུན་ལུ་སོང་ཡི་། ད་ཅུ་ཡི་ཤུ་  
དང་མཉམ་ཅི་སྒྲིལ་བྱི་གི་དོན་ལུ་ཉེ་གནས་འདི་སུ་འགྲིག་  
འདི་གི་ཡི་ཤུ་གི་འདི་སུ་ལུ་མཆོས་ཤོས་མི་སེ་སྐྱོང་དཔལ་  
ཅི་ཡི་ཤུ་གི་གསུངས་ཡི་ང་གི་ཆ་ལུ་ཅ་ཅབ་ཡིན་ང་གི་ཆ་ལུ་  
25 མཆོས་ཤོགས་བྱི་ཡི་དང་བྱི་སེ་གསུངས་ཡི་། འགྲེ་འདི་སུ་  
ཡི་དོན་སུ་བྱི་གི་དབང་ཡི་ཉེ་གནས་འདི་སུ་ལུ་གནང་ཡི་།

དུས་འདི་ལུ་ཟེ་བེད་ཡའི་བྱ་ཀོབ་དང་ཡ་ཀོབ་གི་སྐྱུན་ཡོ་ད་ 25  
 བཟ་ཁོང་གཉིས་གི་སྐྱེང་ཡེ་བ་ནེར་མག་སེ་གཏུགས་ཅི་ 26  
 འབྲུག་སྐད་ལུ་ནམ་འབྲུག་གི་བྱ་སེ་གཏུགས་ཅི་ 27  
 སྤྱི་ཡ་དང་ཕྱི་ལོབ་དང་བར་གྱོལ་མ་དང་ཐུ་མད་དང་གྱོ་མ་  
 དང་ཨལ་པ་ཡི་བྱ་ཡ་ཀོབ་དང་ཐད་དྲ་དང་འདི་ལས་སེ་  
 མོན་མ་རི་ཨ་ཅ་ཡེ་འདི་ཁ་ལུ་ཡོད་ཅི་ 28  
 ཟེར་སེ་འདི་ཡི་བྱ་འབྲུའི་དབང་ལུ་བདང་སེ་སྐྱེ་འདི་དང་  
 བཟུ་གཉིས་ཡོད་ཅི་

གཙུ་བོ་ཡི་བྱ་དང་བེལ་ཟེ་བྱལ་ 1

འདི་ལས་ཡི་བྱ་ཁྱིམ་ཅིག་ལུ་བྱོན་འདི་སྐྱེ་ལས་ཤ་ཡི་ 29  
 བྱ་གི་བོ་ལོ་ལུ་འཛུམ་འདི་གི་ཡི་བྱ་ལུ་གསོལ་བ་བཞེས་ཅི་  
 གི་ལོང་ཡེ་མ་གྱོབ་ 30  
 སྐྱེ་འདི་སྐྱེ་གི་ཡི་བྱ་གི་རིབ་ཀྱིག་ཀྱི་  
 མོན་འདྲ་སེ་ལབ་འདི་གི་འདི་གོ་འདི་གི་ཡི་བྱ་གི་ཡུམ་  
 དང་སྐྱུན་ཆ་འདི་སྐྱེ་ཡི་བྱ་ལུ་ལེན་བ་སོང་ཡི་ 31

ཡེ་རུ་ཤ་ལེམ་ལེ་འོང་སེ་གི་མཆོས་ལུ་ཁས་སེ་གི་སྐྱེ་ 32  
 འདི་སྐྱེ་གི་ཡི་བྱ་བེལ་ཟེ་བྱལ་སེ་ལབ་སེ་གི་མག་གི་ཤེས་

22 འདི་གི་ཨིམ་མེ་མདུད་འདི་སུ་གི་རྒྱལ་པོ་གི་མཐུ་གི་མདོན་  
 འདི་སུ་ལྷོན་མེ་སེ་ལབ་ཅི། ཡི་ཤུ་གི་སྒྲི་འདི་སུ་ཁོ་ར་གི་  
 སྒྲིན་འདུན་ལུ་བོ་འདི་གི་དཔེ་ཅིག་བལྟོན་འདི་གི་མདུད་གི་  
 23 མདུད་ག་ཏེ་བེ་ལྷོན་སུ་བ་སྒྲི་སེ་གསུངས་ཡི། ཡི་ཤུ་གི་  
 གསུངས་ཡི་གལ་སི་རྒྱལ་ཁམས་ཅིག་གི་ནང་ཀོ་ན་ལུ་བྱུག་  
 བེ་འདི་གི་རང་ས་བེ་བ་ཅིན་རྒྱལ་ཁམས་འདི་བདེན་བདེན་བེ་  
 24 སྒོད་མི་སུ་བ། ད་རུ་གལ་སི་བྱིམ་ཅིག་གི་སྒྲི་འདི་སུ་གི་  
 རང་སྒོ་ན་ལུ་བྱུག་བེ་འདི་གི་རང་ས་བེ་བ་ཅིན་འདི་བྱིམ་འདི་  
 25 ལུ་ལས་ཤོམ་མི་བྱུང་། ཡང་ཅིན་གལ་སི་བྱིམ་ཅིག་གི་སྒྲི་  
 འདི་སུ་གི་ནང་ཀོ་ན་ལུ་བྱུགས་བེ་འདི་གི་རང་ས་བེ་བ་ཅིན་  
 འདི་བྱིམ་འདི་ལུ་ལས་ཤོམ་མི་བྱུང་འདི་ལུ་མ་བེ་མདུད་འདི་  
 ཡི་ཁོང་རང་གི་ནང་སྒོ་ན་ལུ་བྱུག་བེ་བ་ཅིན་དོན་དྲ་ར་མདུད་  
 འདི་གི་རྒྱལ་ཁམས་འདི་བདེན་བདེན་བེ་སྒོད་མི་སུ་བ་བ་མེ་བ་  
 རྒྱ་འོང་སེ་ཡི་ཤུ་གི་གསུངས་ཡི།

26 ཡང་ཅིན་ག་ར་བེ་རུང་སྒྲི་ཁོས་ཀོ་ཡོད་མི་གི་བྱིམ་ན་ལུ་  
 འཇུས་འདི་གི་ཅ་ལག་འཕྱོག་མི་སུ་བ་ཏེ་མ་ལུ་སྒྲི་ཁོས་ཀོ་  
 སྒྲིམ་འདི་མ་ཅིངས་བ་ཅིན།

ང་གི་ཆ་ལུ་དོན་དྲ་ར་གསུངས་འདོ་སྒྲི་འདི་སུ་ལུ་ 24  
 འཁ་ཟློ་ལབ་མི་འདི་དང་སྒྲི་བ་ཐེ་མི་ག་ར་ཐོ་ཤགས་ཐོབ་  
 འདི་སེམས་ཁ་ལུ་བཞགས་། ད་རུང་ག་ར་ཨིན་རུང་དམ་ 25  
 དའི་ཐུགས་ཉིས་ལུ་འཁ་ཟློ་ལབ་མི་སྒྲི་འདི་ལུ་ནམ་ཅི་ཡེ་  
 སྒྲི་བ་གི་ཐོ་ཤགས་མི་ཐོབ་བ་ནམ་ཅི་ཡེ་འཇོག་ནི་མི་བྲི་གི་  
 སྒྲི་བ་གི་ཆེ་བ་འཕྲོག་འོང་སེ་གསུངས་ཡི་། ག་ཅིམ་ཟེར་བ་ 26  
 ཅིན་ཡི་ཤུ་ལུ་མདོན་མ་གཅམ་གི་གཞུང་འདུག་སེ་ལབ་ནི་  
 འདི་གི་ཡི་ཤུ་གི་འདི་གསུངས་ཡི་།

གཙོ་བོ་ཡི་ཤུ་གི་ཡུམ་དང་དཔུན་ཆ་འདི་སུ་།

འདི་ལས་ཡི་ཤུ་གི་ཡུམ་དང་སྒྲི་འདི་སུ་འོང་འདི་གི་ 27  
 ཕྱི་ལོག་ལས་ནང་ཀོ་ན་ལུ་སྒྲི་དང་འདི་གི་ཡི་ཤུ་ལུ་བྱོན་སེ་  
 བྱས་ཡི་། འདི་གི་དུས་ལུ་སྒྲི་ལས་ཤུ་ཡི་ཤུ་གི་སྒྲོ་ལོ་ཁ་ལུ་ 28  
 ཡོད་བྲི་སྒྲི་འདི་སུ་གི་ཡི་ཤུ་ལུ་བྱས་ཡི་སྒྲི་སེན་ཅི་ལུ་  
 བྱོད་གི་ཡུམ་དང་སྒྲི་ཆ་འདི་སུ་ག་ར་ཕྱི་ལོག་ལུ་བྱོད་ལུ་  
 འཆོལ་འདེ་སེ་བྱས་ཡི་། འདི་བྱས་ཡི་ལེན་ལུ་ཡི་ཤུ་གི་སྒྲི་ 29  
 འདི་སུ་ལུ་ངས་གི་ཡུམ་དང་ངས་གི་སྒྲི་ཆ་ག་ཨིམ་སེ་

- 20 བསྐྱེད་པ་ཡི། འདི་ལས་ཡི་ཤུ་གི་བོ་ལོ་ཁ་ཡོད་མི་གི་སྒྲི་  
འདི་སྐུ་ལུ་རིམ་གི་དེ་བུ་འདི་གཟིགས་འདི་གི་བསྐྱེད་པ་ཡི་
- 21 ལྟ་ཅིག་ངས་ཡུམ་དང་ངས་གི་སྒྲི་འདི་སྐུ་ཡིན་སེ། བ་  
ཅིམ་ཟེར་བ་ཅིན་ག་ག་གི་སྒྲི་ན་མེད་བོ་དཀོན་མཆོག་གི་  
ཐུགས་དགོངས་རྒྱུ་བོ་སྒྲི་མི་སྒྲི་འདི་སྐུ་ངས་གི་ཡུམ་དང་  
ངས་གི་སྒྲི་དང་སང་མོ་དང་སྒྲི་ཆ་ཡིན་སེ་བསྐྱེད་པ་ཡི།

སོན་བདེ་མི་སྒྲི་གི་དཔེ།

- འདི་ལས་ཡི་ཤུ་མཆོའི་མཐུན་མ་ལུ་མཆོས་སྒྲི་ན་  
འདི་གི་སྒྲི་ལས་ཤུ་ཡི་ཤུ་གི་སྒྲི་མཐུན་ལུ་འཛོམས་འདི་  
ཡི་ཤུ་གུ་གཅིག་གི་ནང་སྒྲི་ན་ལུ་བཞུགས་འདི་སྒྲི་འདི་སྐུ་ག་
- 2 ང་མཆོའི་མཐུན་མ་ས་སྐྱུ་ས་ལུ་སྒྲི་དེ་ཅི། འདི་ལས་ཡི་ཤུ་  
གི་སྒྲི་འདི་སྐུ་ལུ་བོ་འི་སྒྲི་ལས་བོ་མཆོས་ལས་ཤུ་བསྐྱེད་པ་
- 3 འདི་ཁོང་ལུ་འདི་བོ་བཀའ་བཀའ་ཡི། ད་སྒྲི་ན་ཅིག་སོན་  
དཔས་མི་གི་སྒྲི་གཅིག་གསོན་དཔས་སྐུ་ལུ་ཕྱི་ལོག་ལུ་སོང་ཡི།
- འདི་འདི་གི་གསོན་དཔས་སྒྲི་གི་དུས་ལུ་གསོན་ལ་ལོ་གཅིག་  
ལས་ཁ་ལུ་བྱུང་འདི་ནམ་ཁ་གི་བྱ་བྱི་ལུ་འདི་སྐུ་འོངས་འདི་

གི་འགྲོམ་འདི་ཟེ་འི་། གསོན་ལ་ལོ་ཅི་ས་ཨ་ཅི་རི་ཡོད་སྟེ་ ༡  
 གི་གྲག་གི་མགུ་ལུ་བྱད་འདི་སྒྲིས་འདི་གི་ས་གཏིང་རིམ་མི་  
 བ་ལུ་རྒྱ་བ་སྒྲིས་ཡི་། འདི་ལས་ཉི་མ་ཤར་བེ་གི་དུས་ལུ་ ༤  
 གསོན་འདི་ས་ལས་ཤོམ་མེད་བེ་དོན་ལུ་ར་ཏོ་ལས་ར་སྒྲམ་  
 སེ་ཡི་། གསོན་ལ་ལོ་ཅི་ཆོར་མ་ན་ལུ་བྱད་འདི་ཆོར་མ་གི་ ༧  
 སྟེ་འདི་སྒྲིས་འདི་རྒྱ་ཏོ་ཐོན་མ་ཏོ་། གསོན་ལ་ལོ་གཅིག་ས་ ༨  
 བཟམ་མི་ན་ལུ་བྱད་འདི་སྒྲིས་འདི་སྟོམ་ལངས་འདི་རྒྱ་ཏོ་  
 ཐོན་འདི་ལ་ལུ་རྒྱ་ཁས་ཕྱེ་ཏ་གཉིས་ལ་ལུ་ལུ་སྟུ་ཁས་གསུམ་  
 ལ་ལུ་ལུ་རྒྱ་ཁས་ལུ་ཐོབ་ཅིག་། ཡི་ཤུ་གི་གསུངས་ཡི་ག་ལུ་ ༩  
 སྟན་བེ་ནམ་མཆོག་ཡོད་མི་འདི་སྟན་ཅིག་སེ་འདི་ལས་  
 ཤེའེབ་ཤེ་བེ་སེ་གསུངས་ཡི་།

དཔེ་འདི་སྟེ་གི་དོན་འད་།

འདི་ལས་ཡི་ཤུ་ཁོ་ར་རང་ཅམ་ཅིག་སྟེ་གཞུགས་སྟེ་ཆོ་ ༡༠  
 སྟེ་ཞན་འདི་སྟེ་དང་ཉི་གནས་བཅུ་གཉིས་བྱ་གི་ཡི་ཤུ་གི་  
 རྣམས་བ་ན་ཆོག་གི་སྟན་མི་གི་དཔེ་འདི་གི་དོན་འད་འི་  
 བཤེག་གནང་སེ་ཞུས་ཡི་། ཡི་ཤུ་གི་འདི་སྟེ་ལུ་གསུངས་ ༡༡

ཡི་ལ་ན་མེད་ཅི་དཀོན་མཆོག་གི་རྒྱལ་སི་གི་གསང་བ་འདི་  
 ཉ་གོ་ནི་འདི་ཁྱོད་ལྟ་གནང་འདི་གི་ཡོད་སྟེ་འདི་སྟུ་ལྟ་དཔེ་  
 ༡༢ གི་འགོ་ལས་སྟེ་དོན་འད་ག་ར་བཤད་སྟེ། སྟེ་འདི་སྟུ་  
 གི་མཐོང་རུང་མི་ཤེས་གོ་རུང་དོན་འད་ཉ་གོ་མི་རྩལ་ཁོང་  
 སེམས་འགྱུར་འདི་སྟེ་བ་མ་སེ་ཡི་དོན་ལྟ་ཞིན་སེ་གསུངས་  
 ཡི།

གསོན་བདེ་མི་དཔེ་འདི་སྟུ་གི་དོན་འད་གཙོ་བོ་  
 ཡི་ཤུ་གི་གསུངས་ཡི།

༡༣ ད་རུ་ཡི་ཤུ་གི་སྟེ་འདི་སྟུ་ལྟ་གསུངས་ཡི་དཔེ་འདི་གི་  
 དོན་འད་མ་ཤེས་བ་ཅིན་དཔེ་ག་ར་གི་དོན་འད་ག་དེ་སྟེ་  
 ༡༤ ཤེས་བ། གསོན་བདེ་མི་གི་དཔེ་འདི་ལ་ན་མེད་ཅི་དཀོན་  
 ༡༥ མཆོག་གི་བཀའ་བདེ་མི་གི་དཔེ་ཞིན་སེ་གསུངས་ཡི། ད་  
 རུ་ལམ་འཁ་ལྟ་བུ་མི་འདི་བཀའ་འདི་གོ་ལྟ་ཅམ་ཅིག་གི་  
 མདུད་འོང་འདི་སྟེ་འདི་སྟུ་གི་སེམས་ཁ་ལྟ་བདེ་མི་གི་  
 ༡༦ བཀའ་འདི་སྟུ་ཕྱོག་འདི་གི་བཤམ་སྟེ། འདི་རྩམ་ཅེ་གྲག་གི་  
 མགྲུ་ལྟ་བུ་མི་འདི་བཀའ་འདི་གོ་ལྟ་ཅམ་ཅིག་གི་སེམས་



དགའ་འདི་གི་ལེན་མི་འདི་སུ་གི་དཔེ་ཨིན་སེ་གསུངས་ཡི་།

རང་གི་ན་ན་ལུ་ར་ཏོ་ས་ཏིང་རིམ་མེད་ཅི་གི་གོ་ལས་ཡུབ་ཐེ་ 20

ཅིག་གི་ནང་ཀོ་ན་ལུ་བཀའ་འདི་གི་དོན་ལུ་མདུད་འདི་གི་

བར་ཆད་དང་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཕོག་འདི་འདི་ཕྱོལ་ལས་དེབ་

ཉམས་མི་འདི་གི་དཔེ་ཨིན་། ཚོར་མ་ན་ལུ་བདབ་མི་གི་ 22

དཔེ་འདི་བཀའ་གོ་འདི་། འཛིག་དེན་གི་ཅ་ལགས་གི་ཚ་ 26

འགོ་དང་ཡོངས་སྤྱོད་གི་འཕྲོད་པ་གི་སེམས་གི་ནང་ཀོ་ན་

འོང་འདི་བཀའ་འདི་ལེབ་འདི་འགྱུ་ཏོ་ཐོན་མ་ཏེ་མི་འདི་

ཨིན་། ས་ལས་ཤོམ་ན་ལུ་གསོན་བདབ་མི་གི་དཔེ་འདི་ 28

བཀའ་གོ་འདི་གི་སེམས་གི་ཏིང་ལས་དེབ་ཅེ་འདི་གི་ལེན་

འདི་ལ་ལུ་ལུ་རྒྱ་ལུ་འཁས་ལུ་ཐོབ་མི་འདི་སུ་ཨིན་།

བ་ཏེ་སྤྲུགས་གི་འོག་ལུ་ཞགས་མི་གི་ཡོ་རྒྱ།

ད་རུ་ཡི་ཤུ་གི་སྤྱི་འདི་སུ་ལུ་གསུངས་ཡི་བ་ཏེ་འདི་ 30

ཉལ་བྲི་གི་འོག་ལུ་སྤྱི་འདི་བཞག་ཅི་གི་དོན་དགས་ཡོད་འག་

སྤྲུགས་གི་མགུ་ལུ་བཞག་ཅི་གི་དོན་འད་མེད་ནམས་། ག་ 32

ཅིམ་ཟེར་བ་ཅིན་ག་ཅིར་སྤྱི་རུང་སྤྱི་འདི་བཞགས་ཅི་གི་ཤུ་

ལས་མ་ཐོང་བ་འདོད་མི་ག་ཅི་ཡེ་མི་ཁ་ཅིག་འདི་གི་བཞགས་  
 ༢༢ མི་ག་ར་འཁ་ཕྱེ་འི་གི་དུས་འོང་ཡོང་། ད་རུ་ཡི་ཤུ་གི་  
 ཁོང་ལུ་གསུངས་ཡི་ག་ག་ལུ་ཉན་སྤྱི་ནམ་མཆོག་ཡོད་མི་  
 འདི་སུ་ཉན་ཅིག་།

༢༣ ཆ་གི་ག་ཅི་གོ་མི་འདི་སེམས་འཁ་ལུ་བཞགས་ཆ་གི་  
 སྤྱུ་ག་ཅི་གི་སྤྱི་ཉན་ལུ་འཇོས་མི་འདི་གི་ཆ་ལུ་ཡེ་འདི་རྩམ་  
 ༢༥ སྤྱི་འཇོས་འོང་། ད་རུ་ཡི་ཤུ་གི་འདི་སུ་ལུ་གསུངས་ཡི་ཆ་  
 གི་ག་ཅི་ག་ཅི་གོ་མི་འདི་སེམས་འཁ་ལུ་རྩང་འདི་གི་  
 བཞགས་ག་ལུ་ཡོད་འདི་ལུ་ད་རུ་ན་འོང་ག་ལུ་མི་འདི་ལས་  
 ཁོ་ན་ག་ཡོད་མི་འདི་ཡེ་རྩ་ལུ་ལེན་འོང་།

སོན་སྤྱི་སྤྱི་གྱུ་མི་གི་དཔེ་།

༢༦ ད་རུ་ཡི་ཤུ་གི་གསུངས་ཡི་ལ་ན་མི་བྱི་དཀོན་མཆོག་གི་  
 གྱུ་པ་སྤྱི་འདི་སྤྱི་ཅིག་གི་ས་ལུ་སོན་བདག་མི་འདི་རྩམ་བྱེ་  
 ༢༧ ཡིན་། སྤྱི་འདི་མཆོན་ལུ་གཉིད་ཁྱུ་ག་འདི་སྤྱི་འདི་གྱོ་སྤྱི་  
 ལོམ་འད་ལུ་ཁོ་གི་སྤྱི་མ་ཤེས་བྱེ་གི་སོན་ཅི་སྤྱི་སྤྱི་ཕྱེ་ཡི་།  
 ༢༨ ས་གཞི་གི་རང་བཞིན་གི་སྤྱི་མ་སྤྱི་འདི་ཏེ་མ་ལུ་བྱོབ་ཅུ་ད་

འདི་ལས་བྱོལ་ཅུ་ན་མཛས་གི་གང་ཡི་། འདི་ལས་ལོ་བྲལ་ ༢༧  
 ཆོ་འདི་གི་ཞིང་རང་འདི་གི་སོན་བདེ་མི་སྒྲི་འདི་གི་རྩུ་  
 གི་ལྷ་ཡི་།

ཆོས་པེ་ག་གི་སོན་གི་དཔེ་།

ད་ཅུ་ཡི་ཤུ་གི་གསུངས་ཡི་ལྷ་ན་མེད་བྱི་དཀོན་མཆོག་ ༢༨  
 གི་གྲུ་པ་སྤྱད་གི་དཔེ་འདི་ག་ཅི་གི་དེན་བྱི་འདི་གི་ཤེབ་དཔེ་  
 ག་ཅི་གི་ཅབ་བྱི་། འདི་ལྷུང་དོ་གི་སོན་ཅིག་ཟུམ་བེ་ཨིན་ ༢༩  
 འདི་ས་ལྷ་བདེ་བྱི་གི་དུས་ལྷ་ས་ཁ་ལྷ་བདེ་མི་གི་སོན་ག་  
 ར་ལས་ཆུང་ཀྱི་ཨིན་སྒྲི་འདི་སྤུ་གི་བྲག་འདི་གི་ས་ཁ་ལྷ་  
 བདེ་བྱི་། བདེ་བྱི་ཆུ་འད་ས་ལས་སྤྱིས་འདི་ཆོས་ག་ར་ ༣༠  
 ལས་སྤྱིས་གྲུ་འདི་གི་འདི་ལྷ་ཞེ་ལག་སྤྱིས་གྲུ་འདི་གི་ནམ་  
 ཁ་གི་བྱ་འདི་སྤུ་གི་ཆང་འདི་གི་བྱི་མ་ན་ལྷ་རྩེ་ཡི་སེ་  
 གསུངས་ཡི་།

གཅི་བོ་ཡི་ཤུ་གི་དཔེ་གི་མགོ་ལས་བྱི་གསུངས་ཡི་།

ཡི་ཤུ་གི་འདི་ཟུམ་གི་དཔེ་ལས་ཤ་སྤྱིས་འདི་གི་སྒྲི་འདི་ ༣༡  
 སྤུ་ལྷ་ཁོང་རང་གི་ཏ་གི་སྤུ་བྱི་ཟུམ་བེ་སྒྲི་འདི་སྤུ་ལྷ་གསུངས་

32 ཡི་། ཡི་ཤུ་གི་འདི་རྩམ་གི་དཔེ་ལས་ཤ་རྟེན་འདི་གི་སྒྲི་འདི་  
སུ་ལུ་གསུངས་སྒྲི་ཞན་མི་བྱི་དུས་ལུ་ཡི་ཤུ་ཁོ་ར་རང་གི་ཉེ་  
གནས་འདི་སུ་ལུ་དཔེ་གར་གི་རྟེན་འད་བཤེག་ཅི་།

གཙུ་བོ་ཡི་ཤུ་གི་ཆོ་ན་གི་བུ་ལས་ཤོས་ཟློ་ནི་།

33 འདི་ལས་ཉིས་འདི་གི་ཕྱིན་གུ་ལུ་ཡི་ཤུ་གི་ཁོ་ར་གི་ཉེ་  
གནས་འདི་སུ་ལུ་ད་ང་ཅེ་མཆོ་འི་པར་ཁ་ལུ་འབྱོན་སེ་

34 གསུངས་ཡི་། འདི་ལས་ཡི་ཤུ་དང་ཉེ་གནས་འདི་སུ་གི་སྒྲི་  
གར་དང་ཆར་འདི་ཉེ་གནས་འདི་སུ་གར་གུ་གི་ནང་ཀོ་ན་ལུ་  
འཇུས་ཡི་ཡི་ཤུ་འདི་གི་ཉེ་མ་ལས་གུ་གི་ནང་ཀོ་ན་ལུ་

35 བཞུགས་འདི་ཡོད་བྱི་། དུས་འདི་ལུ་མཆོ་ན་ལུ་རྒྱུང་སྒྲི་མ་  
ཅི་སུ་འདི་མཆོ་གི་བུ་གུ་གི་ནང་ཀོ་ན་ལུ་མཇུས་འདི་གུ་རྒྱུ་གི་

36 གང་སྒྲི་གི་སྒྲི་ཡི་། ཡི་ཤུ་གུ་གི་མཐ་མ་ལུ་གཟིམ་འདི་  
བཞུགས་འདི་ཡོད་བྱི་ཉེ་གནས་འདི་སུ་གི་ཡི་ཤུ་ལུ་ཞེངས་  
སེ་ཞུས་ཡི་ང་ཅེ་གར་ཆོ་ན་ལུ་ཐིམས་ནི་བྱི་རྟོ་སྒྲི་བ་བོན་ལུ་ག་

37 ཅི་གི་ཆ་གི་ཡང་མི་འག་སེ་ཞུས་ཡི་། འདི་ལས་ཡི་ཤུ་  
ཞེངས་འདི་རྒྱུང་ལུ་བཀའ་གནང་འདི་ལས་མཆོ་ལུ་ཡེ་ལས་

ཤོས་བེ་སྤོད་སེ་གསུངས་འདི་འདི་སྤེ་བཀའ་གནང་བ་ཅམ་  
ཅི་གི་རྒྱང་ཡེ་ཆེད་འདི་མཆོ་ཡེ་བ་མ་ཡོངས་སྤྱ་ལས་ཤོས་  
བེ་སྤོད་ཅི་༥ འདི་ལས་ཡི་ཤུ་གི་ཁོ་ར་གི་ཉེ་གནས་འདི་སྤྱ་ ༢༠  
ལུ་གསུངས་ཡི་ཆ་ག་ཅི་སྤེ་འདི་སེམས་ཁ་ལུ་མགྲོ་བ་མོ་ག་  
ཅི་མོ་ཆ་ལུ་དེ་བ་མི་མི་འདི་༥ ཉེ་གནས་འདི་སྤྱ་ག་ར་ལས་ ༢༡  
ཤ་མགྲོ་འདི་ཁོང་ར་ཅིག་གི་ཅིག་ལུ་ལབ་ཅི་འདི་ག་དེམ་གི་  
ཡོ་གུ་ཨིམ་མོ་རྒྱང་དང་མཆོ་ཡེ་ཡི་ཤུ་གི་བཀའ་ལུ་ཉེམ་མེ་  
སེ་འདི་བེ་ལབ་ཅིག་༥

གེ་རེ་སྤྱ་གི་སྤྱི་མདུད་གི་རྒྱང་མི་ལུ་གུབ་ཟོ་ནི་༥

འདི་ལས་ཡི་ཤུ་ག་ཡི་ཡི་གི་མཆོ་གི་པ་ཁ་ལུ་འགེ་རེ་  
ས་གི་ཡུལ་ལུ་བྱོན་འདི་༥ ཡི་ཤུ་གུ་ལས་སྤང་ཁ་ལུ་བྱོན་ ༢  
བེ་སྤང་ལུ་དུར་ཁྲོད་གི་ན་ན་ལས་གི་སྤྱི་ཅིག་དང་ཕྱིག་ཅི་༥  
འདི་སྤྱི་འདི་གི་ནང་ཀོ་ན་ལུ་མདུད་རྩམ་འདི་གི་ཨིམ་མེ་སྤྱི་ ༣  
འདི་གི་སྤོད་སེ་དུར་ཁྲོད་འདི་སྤྱི་གི་ནང་ཀོ་ན་ལུ་ཨིམ་མེ་སྤྱི་  
ག་གི་ཡེ་ཁོ་ལུ་ལུགས་ཐག་གི་ཡེ་ཅིང་མ་རྒྱབ་༥ སྤྱི་འདི་གི་ ༤  
ཀམ་འད་རྒྱབ་ལུགས་ཐག་གི་སྤྱིམ་འདི་གི་བེ་རྒྱང་སྤྱི་འདི་གི་

མཆར་ལས་ ཤ་ལྷགས་ ཐག་འདི་སྤྱུ་ཡེ་ལྷེག་འདི་གི་བློ་ཡི་  
 སྒྲིག་གི་ཡེ་ཁོ་ལུ་ཅང་མ་ཅུབ་སྒྲིག་འདི་ལུ་ཁོས་ཀོ་བོམ་ཡོད་  
 བྱི། སྒྲིག་འདི་ཉིན་མཆོན་མེད་བུ་ཨ་ཏ་ར་དུར་ཁྱོད་དང་རི་ག་  
 ལུ་སྒྲིག་བོམ་ཀྱབ་འདི་ཁོ་ར་རང་གི་གཟུག་ཡོདྱོ་གི་དུང་འདི་  
 གི་བློ་ཡི།

༥ དུས་འདི་ལུ་སྒྲིག་འདི་གི་ཨ་ཅི་ཐག་རིང་ས་ལས་ཡི་ཤུ་  
 ལུ་ཇལ་འདི་སྒྲིག་འདི་བརྒྱུགས་འདི་ཡི་ཤུ་ལུ་ཐུག་ཐུག་ཡི།  
 ༧ འདི་ལས་སྒྲིག་བོམ་ཀྱབ་འདི་ཨོ་ཡེ་ཡི་ཤུ་སྒྲིག་མེད་བྱི་གི་  
 དཀོན་མཆོག་གི་སྤྱི་ས་ང་ཁྱོད་དང་དོན་ག་ཅི་ཡོད་བྱི་སྒྲིག་མེད་  
 བྱི་དཀོན་མཆོག་གི་སྤྱི་ས་མདུན་ལུ་ཡི་ཤུ་གི་ང་ལུ་སྤྱི་ས་ངའ་  
 ༩ མ་ནང་སེ་ཡི་ཤུ་ལུ་ལྷུས་ཡི། ག་ཅིམ་ཟེར་བ་ཅིན་ཡི་ཤུ་གི་  
 མདོན་མི་ཅམ་ཁྱོད་སྒྲིག་འདི་ལས་སྤང་ཁ་ལུ་ཐོན་སེ་འདི་བློ་  
 ༡༡ བཀའ་གནང་འོང་ནོ་འདི་གི་སྒྲིག་འདི་གི་འདི་ལྷུས་ཡི། ཡི་ཤུ་  
 གི་སྒྲིག་འདི་ལུ་ཁྱོད་གི་སྒྲིག་ག་ཅིམ་སེ་གྲི་ཡི་སྒྲིག་འདི་གི་ཡི་ཤུ་  
 ལུ་ང་ཅ་ལས་ཤ་ཡོད་བྱི་དོན་ལུ་སྒྲིག་དུང་ཆོགས་སེ་ལབ་བྱི་  
 ༡༣ སེ་ལྷུས་ཡི། ད་ཅུ་སྒྲིག་འདི་གི་ཡི་ཤུ་ལུ་ལྷུས་ཡི་ང་ཅ་ལུ་ལ་  
 འདི་ལས་སྤོན་འདི་ཏང་མ་འད་སེ་འདི་བློ་ལྷུས་ཡི།

དུས་འདི་ལུ་འདི་གི་བོ་ལོ་ཁ་ལུ་ཕབ་སྒྲོམ་ལས་ཤ་ ༡༡  
 འཆོ་འདི་གི་འདུག་། མདོན་འདི་སུ་གི་ཡི་ཤུ་ལུ་ཉུས་ཡིང་ ༡༢  
 ཅ་ཕབ་འདི་སུ་གི་ན་ན་ལུ་གཏང་གཏང་སེ་ཉུས་ཡི་། ཡི་ཤུ་ ༡༣  
 གི་འདི་སུ་ལུ་མགོམ་བྲི་འདི་གི་མདོན་མ་ཅམ་མི་འདི་སུ་ལུ་  
 རྩེ་ལུ་ཉོན་ཏང་འདི་གི་ཕབ་འདི་སུ་གི་ན་ན་ལུ་མདོན་འདི་སུ་  
 མཚུས་འདི་ཕག་པ་སྟོང་གཉིས་ཡོད་བྲི་འདི་སུ་ག་ར་གྲུག་  
 གི་མགྲུ་ལས་མཆོངས་འདི་མཆོ་གི་ན་ན་ལུ་ཐིམ་ས་ཡི་།

འདི་མཐོང་འདི་གི་ཕག་ཇི་འདི་སུ་ག་ར་བྱོ་འདི་གི་བྱོང་ ༡༤  
 བྲིར་དང་ཡུལ་ལུ་སྒྲིའདི་སུ་ལུ་ལོ་རྒྱུ་འདི་བཤད་འདི་གི་འདི་  
 རུམ་གི་དྲ་འདི་ག་ཅི་ཨིན་ན་སེ་ག་ར་ལུ་བ་སོང་ཡི་། འདི་ ༡༥  
 ལས་སྒྲིའདི་སུ་ཡི་ཤུ་གི་སྒྲུམ་མདུན་ལུ་ཉོབ་འད་དང་དཔུང་  
 ཆོགས་ཟེར་མི་གི་སྒྲིའདི་མདོན་གི་རུང་མི་གི་སྒྲིའདི་སེམས་དྲན་  
 ཆོ་འདི་གི་གོ་ལ་ཡི་གོན་འདི་གི་ས་ཁ་ལུ་སྒྲོབ་མཐོང་འདི་གི་  
 སྒྲིམ་ར་མགོ་ཅིག་། ད་རུ་འདི་རུམ་གི་ལ་མཐོང་མི་གི་སྒྲི ༡༦  
 འདི་སུ་ག་ར་ཁོང་རང་གི་སྒྲུ་ཁ་ལུ་མདོན་གི་གཟུང་མི་གི་སྒྲི  
 དང་ཕབ་འདི་སུ་ལས་ག་ཅི་ཐོན་འི་ག་འདི་གི་ལོ་རྒྱུས་བྲི་ཡི་།

10 འདི་ལས་སྒྲིལ་འདི་སྒྲིལ་གི་ཡི་ཤུལ་ང་ཅེ་གི་ས་མཚམས་ལས་  
ཕུལ་ཞེན་ལུ་བྱོན་སེ་ཞུས་ཡི་།

11 འདི་ལས་ཡི་ཤུལ་གི་ན་ན་ལུ་བྱོན་བེ་གི་དུས་ལུ་ཉེ་མ་ལུ་  
མདོན་གི་བཟུང་མེ་གི་སྒྲིལ་འདི་གི་ཡི་ཤུལ་ང་ཡི་ཤུལ་གི་ཤུལ་

12 ལས་འོང་ཅུ་སེ་ཞུས་རུང་། ཡི་ཤུལ་གི་ཁོ་ལུ་ཁྱིམ་མ་དུ་བ་ཉེ་མ་  
ཁྱོད་གི་རང་གི་བྱིས་ན་ལུ་གྱུ་འདི་གི་ཁྱོད་གི་རང་གི་གཉེན་ཚུན་  
འདི་སྒྲིལ་ཁྱོད་ལུ་ཡི་ཤུལ་གི་གཅི་དང་གཅི་ལས་ཤོམ་བེ་མེ་

20 འདི་སྒྲིལ་གར་ལུ་ཤེགས་སེ་གསུངས་ཡི་། འདི་ལས་སྒྲིལ་འདི་  
ཕུལ་དང་གོང་ཁྱེར་བཅུ་ཐམས་ལུ་གྱུ་འདི་གི་སྒྲིལ་གར་ལུ་  
ཡི་ཤུལ་གི་ཁོ་གི་དོན་ལུ་གཅི་དང་གཅི་བེ་མེ་འདི་སྒྲིལ་གར་ལུ་  
ཤེགས་འདི་སྒྲིལ་གར་གི་འདི་གོ་འདི་གི་ཉེ་ལས་འདི་ཅི་།

ཡ་ཨེར་གི་བྱུམ་དང་གཅི་བོ་ཡི་ཤུལ་གི་ནམ་

ཟུང་དོ་མི་གི་ཨམ་ཅུ་།

22 འདི་ལས་ཡི་ཤུལ་གི་ལུ་ཞེན་འདི་མཚོ་འི་པ་ཁ་ལུ་བྱོན་  
འདི་སྒྲིལ་ལས་ཤུལ་གི་སྒྲིལ་མདུན་ལུ་མཛོམ་འདི་སྒྲིལ་འདི་

23 སྒྲིལ་གར་མཚོ་འི་ཐུ་མ་ས་ཀམ་ས་ལུ་མདོད་ཅི་། འདི་གི་དུས་



ལུ་མཆོས་ཁང་གི་དཔོན་ཅུང་ཀྱང་འདི་ཡི་བྱོན་འདི་གི་ཁོ་གི་  
 ཡི་ཤུ་ལུ་མཛེལ་འདི་གི་ཁོ་ཡི་ཤུ་གི་སྐུམ་མདུན་ལུ་འགྲོ་འདི་  
 འཕུག་ཆེལ་འདི་གི་ཁྱས་ཡི་། ཁོ་གི་ལས་ཤོམ་བྲེ་ཡི་ཤུ་ལུ་ ༢༣  
 ཁྱས་ཡི་ངས་གི་བུམ་ཅུང་ཀྱང་འདི་གི་ནི་སྤྲོ་འདོ་མོ་གི་ནས་འདི་  
 ལས་ཐང་འདི་གྲག་བྲི་གི་དོན་ལུ་ཡི་ཤུ་བྱོན་འདི་གི་ཕུག་ཞག་  
 གནང་སེ་ཁྱས་ཡི་། འདི་ལས་ཡི་ཤུ་བྱོན་བྲི་གི་དུས་ལུ་སྤྲོ་ ༢༤  
 ལས་ཤུ་ཡི་ཤུ་གི་ཤུལ་ལས་འོང་འདི་ཡི་ཤུ་གི་སྤྲོ་ལོ་ཁ་ལུ་  
 རྒྱུ་མེ་ས་མེ་གི་ཨེབ་འདི་གི་སྤྲོ་དེ་ཅི་།

འདི་ཁ་ལུ་ཨེམ་ཅུ་ཅིག་ལོ་བཅུ་གཉིས་སོན་སོས་པོ་ ༢༡  
 ལུ་ཁྲག་གི་ནས་གི་བདེ་འདི་གི་སྤྲོ་དེ་མི་ཅིག་ཡོད་བྲི། མོ་ ༢༢  
 གི་གྲང་མཆོ་ལས་ཤུ་ལས་སྤྲོ་གནང་ཅུང་པོན་ག་ཅི་ཡི་མ་  
 བྲོ་བ་མོ་ར་རང་གི་བེ་ཤུ་ག་ར་མཛོག་ཅུང་མོ་ལུ་པོན་ཐོག་  
 ག་ཅི་ཡི་མི་བེ་ལུ་ནས་འདི་ཐོག་བེ་ན་དེ་གི་སྤྲོ་དེ་ཅི་། མོ་གི་ ༢༣  
 ཡི་ཤུ་གི་ལོ་རྒྱས་གོ་འདི་ཡི་ཤུ་གི་ཤུལ་ལས་འོང་ཡི་། མོ་ ༢༤  
 ར་རང་གི་སེམས་ཁ་ལུ་འདི་ལུ་བེ་ནོ་ཡི་གལ་སི་ང་གི་  
 ཡི་ཤུ་གི་ནས་ཟུ་མདོ་བེ་ཅིན་མོ་གྲག་འོང་ནོ་འདི་གི་སོང་

- ३० ཡི་། འདི་ལས་མོ་གི་ཡི་ཤུ་ལུ་རེག་འདི་གི་མོ་གི་ཁྲག་  
འདི་འདི་ཕྱོལ་ལས་ར་ཕྱེག་སེ་ཡི་འདི་ལས་མོ་ར་རང་གི་  
ཡེ་ཤེས་ཅིག་མོ་ར་རང་གི་སེམས་ཁ་ལུ་། ཏུས་འདི་ལུ་  
ཡི་ཤུ་ཁོ་ར་རང་གི་སྐྱ་གཟུག་ལས་མཐུ་ཅིག་ཐོན་འདི་གི་གྱུ་  
འུ་ཕྱིན་འདི་གི་སྒྲི་འདི་སྒྲུ་གི་སྒྲུ་ཁ་ལས་ཕྱི་ལོག་ལུ་ཕྱིན་  
འདི་གི་གསུངས་ཡི་ངས་གི་གཟུག་ལུ་ག་གི་ལབ་སྒྲོ་སྒྲོབ་  
མོ་སེ་གི་ཡི་། འདི་ཁ་ཉེ་གནས་འདི་སྒྲུ་གི་ཡི་ཤུ་ལུ་ཉུས་  
ཡི་སྒྲི་ལས་ཤ་ན་ལུ་ཅིག་གི་ཅིག་ལུ་ཨེབ་འདི་གི་ཨིམ་མེ་ད་  
རུང་ཕྱོད་གསུངས་མེ་ང་ལུ་མདོ་མི་འདི་ག་ཨིམ་སེ་གི་མི་  
འདི་ག་ཅི་མོ་སེ་ཉུས་ཡི་། ཡིན་རུང་ཡི་ཤུ་གི་ཕར་དང་རྩར་  
གཟིགས་འདི་ཡི་ཤུ་ལུ་ག་གི་མདོ་སྒྲོབ་ཨིན་ན་གཟིགས་  
ཅི་། འདི་ལས་ཨེམ་འདི་མོ་ར་རང་གི་གཟུག་ལས་ག་ཅི་  
མཐོན་འི་ག་འདི་ཤེས་འདི་འདི་ལས་མོ་ར་ལས་ཤ་མགོ་འདི་  
ཡི་ཤུ་གི་སྐྱམ་མདུན་ལུ་འོང་འདི་ལུས་ས་ཁ་བདགས་འདི་གི་  
མོ་ར་རང་གི་ལོ་རྒྱུས་གར་ཕྱང་འདི་གི་ཡི་ཤུ་ལུ་ཉུས་ཡི་།  
३८ འདི་ལས་ཡི་ཤུ་གི་མོ་ལུ་གསུངས་ཡི་ཨེམ་མེ་ཕྱོད་རང་གི་དེབ་

འདི་གི་ཁྱོད་ར་གྲག་ བྱི་ད་ སེམས་ དགའ་ འདི་སྒྲིང་ཅིག་ ད་  
ནས་འདི་ལས་གྲག་འདི་གི་སྒྲིང་ཅིག་སེ་གསུངས་ཡི་།

ཡི་ཤུག་མོ་ལུ་འདི་གསུངས་བྱི་དུས་ལུ་མཆོས་ཁང་གི་ ༣༧

དཔོན་འདི་གི་ཕྱི་ན་ལས་སྒྲི་ཅིག་འོང་འདི་གི་ཞུས་ཡི་ཁྱོད་གི་

བུམ་འདི་ཤིས་ས་ཡི་ག་ཅི་གི་དོན་ལུ་ཁྱོད་སྒྲིབ་དཔོན་ལུ་སྒྲུག་

སྒྲུལ་སྒྲུལ་མོ་། ཡིན་རུང་ཡི་ཤུག་སྒྲི་འདི་གི་ལབ་སེ་འདི་ ༣༨

ལུ་མཉེན་མ་སེན་བྱ་དཔོན་འདི་ལུ་གསུངས་ཡི་མ་མགོ་བྱ་དེབ་

ཅམས་ཅི་བྱེ་སེ་། འདི་ལས་ཡི་ཤུག་པེ་དྲོ་དང་ཡ་ཀོབ་ ༣༩

ཡ་ཀོབ་གི་སྒྲུན་ཡོ་ཉ་ནན་གསུམ་ཅམ་ཅི་བྱེ་གཞན་ག་ཡི་

ཡི་ཤུད་མཉམ་ཅི་མ་བྱི་། འདི་ལས་ཁོང་ག་ར་མཆོས་ ༤༠

ཁང་གི་དཔོན་འདི་གི་བྱིས་ན་ལུ་བྱོན་འདི་གི་སྒྲི་ལས་ཤ་སྒྲུ་

འདི་གི་སྒྲུ་ངན་སྒྲོམ་བྱེ་རུ་གི་རུར་འགྲ་ཡི་ཤུག་སེན་ཡི་།

འདི་ལས་ཡི་ཤུག་བྱིས་ན་ལུ་བྱོན་འདི་སྒྲི་འདི་སྒྲུ་ལུ་གསུངས་ ༤༡

ཡི་ཁྱོད་ག་ཅི་བྱེ་རུར་མགྲ་བྱེ་རུ་ཨ་ལུ་འདི་གི་རུ་མེམ་བྱེ་

གཉིས་ཁབ་མེ་སེ་འདེ་བྱེ་ཡི་ཤུག་གསུངས་ཡི་། སྒྲི་འདི་ ༤༢

སྒྲུ་གི་འདི་གོ་འདི་གི་དགའ་རུ་མེ་ཡིན་རུང་ཡི་ཤུག་སྒྲི་འདི་

སྐྱ་གར་ཕྱི་ལྷ་ཏོན་དང་འདི་གི་ཨ་ལྷ་འདི་གི་ཨ་པ་དང་ཨ་  
 མ་འདི་ལས་ཡི་ཤུ་དང་མཉམ་ཅི་ཡོད་མི་སྒྲིལ་འདི་སྐྱ་གར་  
 ༧ ཨ་ལྷ་ཡོད་སེའདི་ཁ་ལྷ་བྱོན་ཡི་། འདི་ལས་ཡི་ཤུ་གི་ཨ་  
 ལྷ་འདི་གི་ལག་པ་ལས་ཤི་འདི་གི་འདི་རྩམ་བེ་གསུངས་ཡི་  
 ཏ་ལི་ཐུ་ཀུ་མི་འབྲུག་བེ་གི་ཁ་ལྷ་བུམ་མོ་དང་ཁྱོད་ལྷ་ལག་བེ་  
 ༨ ད་ཡོངས་སེ་གསུངས་ཡི་། ཡི་ཤུ་གི་འདི་བེ་བཀའ་གནང་  
 རུ་གཅིག་གི་འདི་ཕྱོད་ལས་བུམ་ལོ་བཅུག་གཉིས་བེ་མི་  
 འདི་ཡར་ཡོང་འདི་རྒྱ་ཡི་འདི་ཁ་མཛོམ་མི་གི་སྒྲིལ་འདི་སྐྱ་  
 ༩ གར་ཏ་ལས་འདི་འདི་གི་སྒྲོད་ཅི་། འདི་ལས་ཡི་ཤུ་གི་  
 འདི་ཁ་གི་སྒྲིལ་འདི་སྐྱ་ལྷ་འདི་ལོ་རྒྱ་འདི་སྒྲིལ་ཞན་ག་ལྷ་ཡི་མ་  
 ལག་སེ་ལས་ཤོམ་བེ་གསུངས་ཡི་བུམ་འདི་ལྷ་ཡི་ཞི་གོ་བྱོན་  
 སེ་གསུངས་ཡི་།

མི་སར་གི་ཡུལ་གི་སྒྲིལ་གི་གཅི་བོ་ཡི་ཤུ་ལྷ་དགའ་མ་དུབ་།

ཡི་ཤུ་འདི་ཁ་ལས་ཐོན་འདི་ཡི་ཤུ་ཁོ་ར་བཞུགས་སེ་  
 ༩ གི་ཡུལ་འདི་ལྷ་བྱོན་འདི་ཉེ་གནས་འདི་སྐྱ་ཡི་ཡི་ཤུ་གི་  
 2 ཤུལ་ལས་སོང་ཡི་། ངལ་སོ་གི་ཉེ་མ་ལྷ་ཡི་ཤུ་མཛོམ་ཁང་

ན་ལུ་ཆོས་སྟོན་འདི་བཞུགས་འདི་སྒྲིལ་ས་ཤིག་འདི་གོ་འདི་  
 ཉ་ལས་འདི་འདི་གི་ཁོང་རང་ཅིག་གི་ཅིག་ལུ་ལབ་ཅི་ཡི་ཤུ་ལུ་  
 རིབ་འདི་ག་ཏེ་ལས་ཐོབ་མོད་རུ་ཉ་ལས་དེ་སི་སི་ག་ཏེ་ག་ཏེ་  
 བེ་མཛོབ་མོ་སི་ལབ་ཅི་། ཁོ་བཟོ་བུ་གི་བུ་མེན་ན་ཁོ་མིར་ 2  
 ཡམ་གི་བུ་མེན་ན་སི་ཁོ་གི་སྒྲིལ་ཆ་ཡ་ཀོབ་དང་ཡོ་སེབ་དང་  
 ཡ་ལུ་ད་དང་སི་མེན་མེན་ན་ཁོ་གི་སིང་མོ་འདི་སྒྲིལ་ལུ་སྟོབ་  
 མེན་ན་སི་འདི་བེ་ལབ་འདི་གི་སྒྲིལ་འདི་སྒྲིལ་གི་ཡི་ཤུ་ལུ་མགོ་  
 མ་དུབ་། ཡི་ཤུ་གི་སྒྲིལ་འདི་སྒྲིལ་བ་སྒྲིལ་ས་ཡི་ལུང་ཤེས་མི་ 3  
 སྒྲིལ་འདི་སྒྲིལ་རང་གི་ཡུལ་དང་རང་གི་གཉེན་ཆོན་དང་རང་གི་  
 བྱིས་ཆོན་རང་གི་སྒྲིལ་འདི་སྒྲིལ་གི་ཞུས་ཞུ་ལ་ལ་མི་བེ་། ཡི་ཤུ་ 4  
 གི་འདི་ཁ་ལུ་ནེབ་ལ་ལུ་ལུ་ཡུག་བཞག་འདི་གི་གྲུབ་སོ་བ་མ་  
 གཏོགས་པ་ ཡུག་ ལས་ ཞན་ སྒྲིལ་ ག་ཅི་ཡོ་ གནང་ མ་སྒྲིལ་།  
 སྒྲིལ་འདི་སྒྲིལ་གི་དེབ་མི་བེ་དོན་ལུ་ཡི་ཤུ་ཉ་ལས་འདི་ཅི་། 5

ཉེ་གནས་བཅུ་གཉིས་ལུ་ཆོས་ཤེགས་བེ་གི་  
 དོན་ལུ་བཏང་ནི་།

འདི་ལས་ཡི་ཤུ་གོང་ཁེར་དང་ཡུལ་ག་ར་ལུ་ཆོས་ 2  
 ཤེགས་བ་བྱོན་ཡི་། ཡི་ཤུ་གི་སྒྲིལ་བུ་བཅུ་གཉིས་པོ་འདི་སྒྲིལ་ 4

- གྲུ་གཉིས་གཉིས་ཅི་ཆོས་ཤེགས་ཅི་ལྷ་དང་ཡི་ཡི་ཤུ་གི་འདི་  
 སུ་ལྷ་མགྲོ་འདི་སུ་ཡེ་དོན་དང་སུ་བ་ཅི་གི་དབང་ཡི་གནང་  
 ཡི་འདི་ལས་འདི་སུ་ལྷ་གསུངས་ཡི་ག་ཅི་ཡེ་ཉམ་ཅི་མ་བ་  
 བ་ཁ་ཕུ་ཅམ་ཅི་བག་ཁ་ལས་ཡང་མ་བ་སེས་ཉམ་ཀྱབ་ནི་གི་  
 10 མདོ་ཤེ་ཡང་མ་བ་བེ་ཤ་ཡང་མ་བ་སེ་གསུངས་ཡི་། ཀམ་  
 མ་ལྷ་ཀྱེབ་ཅུ་གོ་ལ་གཉིས་མ་གོན་སེ་འདི་ཅི་ལས་ཤོམ་ཅི་  
 20 གསུངས་ཡི་། ཡི་ཤུ་གི་ད་ཅུ་གསུངས་ཡི་ཁྱོད་ཡུལ་ཅིག་  
 ཅུ་ལྷ་ལྷོ་བ་འདྲ་ལྷ་འདི་ཁ་གི་ཡུལ་གི་སྒྲི་ག་གི་ར་སྒྲེ་ཅུང་ཁྱོད་  
 བྱིམ་ན་ལྷ་བོ་སྒྲེ་ཅིན་འདི་སྒྲི་འདི་གི་བྱིམ་ན་ལྷ་སྒྲོད་འདི་ཁ་  
 22 ལས་མ་ཀྱུ་ཕུ་ཆོན་ཆོས་། ད་ཅུ་ཡི་ཤུ་གི་འདི་སུ་ལྷ་གསུངས་  
 ཡི་ཁྱོད་ཡུལ་ག་དེ་ར་ཅི་ཅུང་སྒྲི་འདི་སུ་གི་ཁྱོད་ལྷ་སྒྲོད་སེ་  
 མ་བྱིན་བ་ཅིན་ད་ཅུ་ཁྱོད་གི་ཤེས་མི་གི་ཆོས་འདི་ལྷ་ཡེ་མ་  
 ཉན་བ་གཅིན་ཁྱོད་བྱིམ་འདི་ལས་མཐོན་འདི་ཀྱུ་འི་དུས་ལྷ་  
 ཀམ་བ་ཡོད་མི་གི་ཐེའུ་འདི་སུ་ཡེ་ཐུད་འདི་ཁོང་ལྷ་རིབ་  
 23 བྱིམ་ཅི་གི་དོན་ལྷ་ཨིན་སེ་གསུངས་ཡི་། འདི་ལས་ཉེ་གནས་  
 འདི་སུ་ཀྱུ་འདི་ཆོས་ཤེགས་ཅི་སྒྲི་འདི་སུ་ལྷ་ཆོས་ཤེགས་

འདི་གི་ལབ་ཅི་སེམས་རྒྱུ་འདི་གི་སྒྲིབ་གི་ཤལས་ཅ་སྤྱལ་  
 སེ་གསུངས་ཡི་། ཉེ་གནས་འདི་སྤྱི་གི་མག་འདི་སྤྱི་ཡེ་ལས་ 72  
 ཤོ་ཉེ་ཡི་ཞེས་ལས་ཤལ་མ་ཁ་ཁྱུར་འདི་གའ་སོ་བ་མཛོད་  
 ཅིག་།

ཁྱུས་གསོལ་གནང་མི་ཡོད་ན་ཞན་གྱིངས་ནི་།

དུས་འདི་ལྷ་ཡི་ཤུ་གི་མཆན་ལྱལ་ག་ར་ལྷ་ཤེགས་ 70  
 འདི་གི་རྒྱལ་པོ་ཉེ་རོ་དེ་གི་ཡི་ཤུ་གི་ཡོ་རྒྱུ་འདི་གོ་འདི་གི་སྒྲི  
 ལ་ཡོ་གི་ལབ་ཅི་ཡོད་ན་ཞན་ཁྱུས་སོལ་གནང་མི་འདི་ཤི་ས་  
 ལས་ཡོང་འདུག་འདི་གི་དོན་ལྷ་ཁོ་ན་ལྷ་མཐུ་འདི་སྤྱི་གི་བེ  
 འདི་གི་འདི་རྒྱུ་གི་ལ་སྒྲིམ་བེ་འུ་མེ་སེ་གསུངས་ཡི་། སྒྲི 74  
 ཞན་འདི་སྤྱི་གི་ལབ་ཅི་འདི་ཨེ་ལི་ཡ་ཨིམ་མེ་སེ་ད་རུང་ཞན་  
 འདི་སྤྱི་གི་ལབ་ཅི་འདི་ལྷ་དེ་མི་འདི་སྤྱི་གི་བྱ་ཁ་ལས་  
 ཅིག་ཨིམ་མེ་སེ་།

ཉེ་རོ་དེ་གི་གསུངས་ཡི་འདི་ང་གི་སྒྲིབ་ཉེ་ག་ཅུ་མི་ཡོད་ 75  
 ཞན་འདི་ག་ཤི་ས་ལས་ཡོངས་སོ་འདུ་སེ་གསུངས་ཡི་། ག་ 76  
 ཅིམ་ཟེར་བ་ཅིན་ཉེ་རོ་འདི་རང་གི་ཡོད་ན་ལྷ་བཟུང་འདི་གི་

མདམས་འདི་གི་མཚན་ཁང་ལུ་བཅུག་ཅི་ག་ཅིམ་ཟེར་བ་ཅན་  
 ཡོ་ཏ་ནན་གི་ཏེ་རོ་འདི་ལུ་གསུངས་ཡི་ཁྱོད་གི་རང་གི་སྤྱན་  
 གི་ཨམ་འདི་ཨུ་ཀྱ་འདི་ཞགས་མི་ཆོགས་སེ་ལབ་ནི་འདི་  
 ༡༤ གི་ཏེ་རོ་འདི་གི་ཡོ་ཏ་ནན་ལུ་བཅུངས་ཡི་། ག་ཅིམ་ཟེར་བ་  
 ཅན་ཡོ་ཏ་ནན་གི་ཏེ་རོ་འདི་ལུ་གསུངས་ཡི་ཁྱོད་གི་རང་གི་  
 སྤྱན་གི་ཨམ་ཅུ་འདི་ཨུ་ཀྱ་འདི་གི་ཞགས་མི་ཆོགས་སེ་  
 ལབ་ནི་འདི་གི་ཏེ་རོ་འདི་གི་ཡོ་ཏ་ནན་ལུ་བཅུངས་འདི་གི་  
 ༡༥ མཚན་ཁང་ན་ལུ་བཅུག་ཅི་། འདི་ལས་ཏེ་རོ་ཡ་གོམ་ཁྱི་འདི་  
 ༢༠ གི་ཡོ་ཏ་ནན་ལུ་སད་ཀྱི་མགོ་སྒྲོ་རུང་སེ་མ་རྩལ་། ག་ཅིམ་  
 ཟེར་བ་ཅན་ཏེ་རོ་འདི་གི་ཡོ་ཏ་ནན་མཚན་ལུ་སྤང་དང་ད་དང་  
 ལས་ཤོམ་ཅི་ཨིན་ནོ་འདི་གི་མཁྱེན་ཅི་ཡོ་ཏ་ནན་གི་མཚན་  
 ཤེགས་ཤི་གི་དུས་ལུ་ཡོ་ཏེ་རོ་འདི་ཡ་གི་སེམས་ཁ་ལུ་འཆོབ་  
 འཆུབ་དང་རུང་ཡོ་ཏ་ནན་གི་མཚན་འདི་ལས་ཤོམ་ཤི་  
 ཉེན་ཡི་།

༢༡ ད་རུང་ཉིམ་ཅིག་ལུ་ཏེ་རོ་འདི་ཡ་འབྱུང་ཤི་གི་དུས་ལུ་  
 ཏེ་རོ་འདིས་གི་ཁོ་ར་རང་གི་འོ་ལས་ཡོད་མི་གི་དཔོན་འདི་སྤུ་



གར་ལུ་མགོན་ཤོམ་ཅིག་གནང་ཡི། རྟེན་ཡའི་བུམ་འདི་ 22  
 བང་ཀོ་ན་ལུ་འོང་འདི་གི་ཞབ་ལཱ་ཀུབ་འདི་གི་རྟེན་འདེས་  
 དང་ཁོ་གི་འོག་ལས་གི་ག་ལི་ལི་ན་ལུ་ཡོད་མི་གི་དཔོན་འདི་  
 ལུ་གར་ལུ་སེམས་དགའ་ལུ་བྱེ་ཡི་དུས་འདི་ལུ་ཀུལ་པོ་གི་  
 བུམ་འདི་ལུ་ཁྱོད་ག་མགོབ་འདི་ང་ལུ་ལབ་ང་གི་ཁྱོད་ལུ་གནང་  
 བྱི་ཡིན་སེ་གསུངས་ཡི། མནའ་ཡེ་བོ་འདི་གི་གསུངས་ཡི་ 23  
 ཁྱོད་ང་ལས་ག་ཅི་འད་ག་ཅི་མགོབ་འདི་ཞུས་ང་གི་ཁྱོད་ལུ་  
 ངས་གི་ཀུལ་ཁམས་ཕྱིད་ཁ་ར་བྱེ་རུང་གནང་ཚུབ་སེ་འདེ་བྱེ་  
 གསུངས་ཡི། འདི་ལས་བུམ་འདི་ཀུ་སྤྱོད་ཕྱི་ལོག་ལུ་བྱོན་ 24  
 ཀུ་འདི་གི་མོ་ར་རང་གི་ཡུ་མ་ལས་གྲི་ཡི་བུམ་འདི་གི་ཡུ་མ་  
 གི་ལབ་ཅི་ཡོད་ནན་ཁྱུས་གསོལ་གནང་མི་འདི་གི་མགྲུ་ཏོ་  
 རྟོག་འདི་གི་ཐ་ལི་ན་ལུ་རྟོག་འདི་གི་ང་ལུ་གནང་སེ་ཞུས་སེ་  
 ལས་ཤོམ་བྱེ་རྟོག་འདི་གི་ཏང་ཡི། འདི་ལས་བུམ་འདི་ཀུ་ 25  
 བ་ཀུལ་པོ་གི་སྐུམ་མདུན་ལུ་ལོག་འོང་འདི་གི་ཞུས་ཡི་ང་ར་  
 རང་གི་ཞུས་མི་འདི་ལུ་བྱེ་བྱེ་ལུ་ད་ཏོ་ཁྱུས་གསོལ་གནང་མི་  
 ཡོད་ནན་གི་མགྲུ་ཏོ་རྟོག་འདི་གི་ཐ་ལི་གི་ནང་ན་ལུ་རྟོག་འདི་

- ༢༩ གིང་ལུ་གནང་སེ་ཉུས་ཡི་། འདི་གོ་འདི་གི་རྒྱལ་པོ་གི་  
སེམས་ལས་ །གར་སྒྲོ་རུང་མགོན་པོ་འདི་སུ་གི་མདོང་ཁ་ལུ་  
མནའ་ཡེ་བསྐྱེས་ནི་འདི་གི་མི་གནང་སེ་གསུངས་མ་ཆུབ་།
- ༣༠ འདི་ལས་རྒྱལ་པོ་གི་དམག་མི་ཅི་བདང་འདི་གི་ཡོ་ཏ་ནན་གི་
- ༣༤ མགྲའོ་དོག་འདི་གི་བུམ་འདི་ལུ་གནང་ཡི་། བཙུན་ཁང་ན་  
ལས་ཡོ་ཏ་ནན་གི་མགྲའོ་བཀ་འོང་འདི་གི་བུམ་འདི་ལུ་
- ༣༨ གནང་ཡི་བུམ་འདི་གི་མོ་ར་རང་གི་ཡམ་མ་ལུ་སྤུལ་ཡི་། འདི་  
ལས་ཡོ་ཏ་ནན་གི་ཉེ་གནས་འདི་སུ་གི་ཐེན་འདི་གོ་འདི་གི་  
འོངས་འདི་གི་ཡོ་ཏ་ནན་གི་སྐྱ་ཆུག་འདི་དུར་ཁང་ན་ལུ་  
བཅུག་ཅི་།

སྒྲི་སྒྲོང་སྤྲུག་ལུ་ལུ་ཟ་ནི་བྱུ་ནི་།

- ༣༠ འདི་ལས་ཡི་ཤུ་གི་མི་སྒྲི་ནམས་ཡི་ཤུ་གི་སྐྱམ་འདུན་  
ལུ་འོང་འདི་ཁོང་གི་ག་ཅི་བེ་མི་འདི་སུ་ག་ར་ལས་ཤོམ་བེ་
- ༣༡ ཡི་ཤུ་ལུ་ཉུས་ཡི་། འདི་ལུ་ལུ་འདི་ཁ་སྒྲི་ལས་ཤུ་པར་དང་  
ཆུར་རྒྱ་ནི་འདི་གི་ཡི་ཤུ་དང་ཉེ་གནས་འདི་སུ་ལུ་གསོལ་བ་  
ཞེས་བེ་གི་དུས་ཡེ་མ་ཐོབ་བེ་ཡི་ཤུ་ཁོར་གི་ཉེ་གནས་འདི་

སུ་ལུ་གསུངས་ཡི་ང་ཅེ་ན་ལས་ཡུལ་ཞན་ཅིག་ལུ་གྱུ་འདི་གི་  
 སྒྲི་བ་ཡེ་མི་བྲི་ས་ཁ་ལུ་གྱུ་འདི་གི་དོན་ཀྱི་འདི་ལས་ང་ཅ་ག་  
 ར་དུས་ཨ་ཅི་ཅིང་ལ་གསོ་བྲེ་གྱི་སེ་གསུངས་ཡི་། འདི་ 22  
 ལས་ཁོང་ག་ར་གྱུ་ཅིག་ལུ་ཞན་འདི་སྒྲི་བ་ཡེ་མི་བྲི་ས་ཁ་ལུ་  
 རྩོན་ཡི་།

སྒྲི་ལས་ཤ་གི་ཡི་ཤུ་དང་ཉེ་གནས་སུ་རྩོན་ས་མཐོང་ 23  
 འདི་སྒྲི་ལས་ཤ་ས་ཁ་ལས་ཡི་ཤུ་དང་ཉེ་གནས་འདི་སུ་གི་ཉེ་  
 མ་ལུ་ཡི་ཤུ་དང་ཉེ་གནས་འདི་སུ་རྩོན་སེ་གི་ས་འདི་ཁ་ལུ་  
 རྩོན་ཅི་། ཡི་ཤུ་གྱུ་ལས་ས་ཁ་ལུ་བབ་འདི་སྒྲི་ལས་ཤ་ 24  
 ལུ་གཞིགས་འདི་སྒྲི་འདི་སུ་ལུ་དེ་ཆེ་འདི་སྒྲི་འདི་སུ་ག་  
 ར་བ་ཟླ་མི་བྲི་གི་ལུག་ཟུམ་བེ་ཨིམ་མེ་སེ་འདི་སུ་ལུ་  
 ཡི་ཤུ་གི་ཆོས་དང་ལོ་གྱུ་ལས་ཤ་དེ་མ་ཡི་། ད་རུ་ཉེ་མ་ས་ 25  
 རུས་ཡི་གི་ཉེ་མ་ལུ་ཉེ་གནས་འདི་སུ་ཡི་ཤུ་གི་སྒྲིམ་མདུན་  
 ལུ་འོངས་འདི་གི་ཞུས་ཡི་ནམ་སོ་ནི་བྲེ་དོ་ས་འདི་ཁ་ལུ་ཡུལ་  
 ག་དེ་ཡང་མིན་འདུ་སེ་། སྒྲི་འདི་སུ་ག་ར་ཡུལ་ཁ་ལུ་ 26  
 ཏང་འདི་གི་ཟ་ནི་གི་ཞི་མགོ་འདི་སུ་ཉོ་བ་ཏང་སེ་ཞུས་ཡི་།

༣༧ ཡི་ཤུ་གི་ཁོང་ལུ་གསུངས་ཡི་ཁྱོད་གི་ཁོང་ལུ་རྩ་མི་འབྱེན་སེ་  
 འདི་ལས་ཉེ་གནས་འདི་སུ་གི་ཡི་ཤུ་ལུ་ཁྱས་ཡི་ང་ཅེ་གྱུ་  
 འདི་དེ་རུ་སྤོང་ཅིག་གི་ཁྱེ་ལེ་ཉེ་འདི་སྤྱི་འདི་སུ་ལུ་བྱིན་ཅེ་སྤྱི་  
 འདི་སུ་ལུ་མི་ལངས་བེ་སེ་ཁྱས་ཡི་། ཡི་ཤུ་གི་ཁོང་ལུ་  
 གསུངས་ཡི་ཆ་ལུ་ཁྱེ་ལས་ག་དེ་ཅི་ཡོད་པར་སོང་འདི་ད་སེ་  
 གསུངས་ཡི་འདི་ལས་ཁོང་གྱུ་འདི་ད་འདི་གི་ཡི་ཤུ་ལུ་ཁྱས་  
 ཡི་ཁྱེ་ལེ་ལུ་དང་ཉེ་གནས་འདུག་སེ་།

༣༨ འདི་ལས་ཡི་ཤུ་གི་ཉེ་གནས་འདི་སུ་ལུ་གསུངས་ཡི་  
 སྤྱི་འདི་སུ་མགོ་བ་ཤ་ཅབ་འདི་གི་ཅ་ཏོམ་བེ་མགུ་ལུ་སྤོད་  
 ཅུག་སེ་། འདི་ལས་སྤྱི་འདི་སུ་ག་ར་ཅ་ཏོམ་མི་གི་མགུ་ལུ་  
 སྤོད་ཅི་སྤྱི་ཁེས་ལུ་དང་ཁེས་ཕྱེ་ད་གསུམ་བེ་ག་ཅིག་འདི་སྤོད་  
 ཅི་། འདི་ལས་ཡི་ཤུ་གི་ཁྱེ་ལས་ལུ་དང་ཉེ་གནས་ཀུ་ཕུག་  
 ལུ་ནམ་འདི་གི་ནམ་ཁ་ལུ་གཟིགས་འདི་གི་དཀོན་མཆོག་ལུ་  
 བདོས་ཕུལ་འདི་ཁྱེ་ལས་འདི་སུ་ཅགས་འདི་གི་ཁོར་གི་ཉེ་  
 གནས་འདི་སུ་ལུ་གནང་ཡི་སྤྱི་འདི་སུ་ལུ་བྱིན་བེ་གི་དོན་ལུ་  
 ཡི་ཤུ་གི་ཉེ་གནས་ཀུ་ཡེ་སྤྱི་འདི་སུ་གི་བྱུ་ཁ་ལུ་མགོ་བ་ཤ་

ཅཔ་ཅི་། སྒྲིག་པར་ཟེ་འདི་གི་མ་གྲངས་ཅི་། འདི་ལས་ཉི་ 22  
གནས་འདི་སྤྱི་གི་སྒྲིག་མ་ཅི་འུ་བཅུ་གཉིས་ཉ་དང་ཁ་ལས་  
གི་སྒྲིག་མ་མདུ་ཡི་། འདི་ཁ་ལུ་ཁ་ལས་ཟེ་མི་གི་སྒྲིག་འདི་ 22  
སྤྱི་ཉིང་སྒྲིག་ལུ་ཡོད་ཅི་།

གཙོ་བོ་ཡི་ཤུ་མཆོའི་མགྲའལ་པར་བྱོན་ནི་།

འདི་ སྒྲིག་ལས་ར་ཡི་ཤུ་གི་ཁོར་གི་ཉི་གནས་འདི་སྤྱི་ 27  
བྱུ་ན་ལུ་ཞོན་འདི་ཡི་ཤུ་ཁོར་གི་ཉི་མ་ལུ་ག་ལི་ལི་གི་ཆོ་གི་པ་  
ཁ་ལུ་དང་འད་ཡི་ཡི་ཤུ་ཁོར་སྒྲིག་ཞོན་འདི་སྤྱི་དང་འདི་གི་ཁོར་  
ཤུ་ག་ལས་ཞུགས་ཅི་། ཡི་ཤུ་ཁོར་གི་ཉི་གནས་འདི་སྤྱི་ག་ར་ 28  
དང་ཆར་འདི་ཁོར་སྒྲིག་ལས་དབ་ཅི་གི་དོན་ལུ་རི་གི་མགྲའལ་  
བྱོན་ཡི་། ཕྱིན་གྲུ་ལུ་ཉི་གནས་འདི་སྤྱི་གི་བྱུ་ཆོ་གི་བྱུ་ཁ་ལུ་ 29  
ཡིས་མེ་དུས་འདི་ལུ་ཡི་ཤུ་ཁོར་ཅམས་ཅི་ས་ཀླམས་ས་ལུ་  
བཞུགས་འདི་ཡོད་ཅི་། དུས་འདི་ལུ་མཆོའི་ན་ལུ་སྤྱི་བོམ་ཅི་ 30  
སྤྱི་འདི་ཡི་ཤུ་གི་ཉི་གནས་འདི་སྤྱི་ལུ་སྤྱི་ཁ་ལུ་བྱུང་མི་འདི་ཡི་ཤུ་  
གི་གཞིགས་འདི་གི་གྲོ་བྱུ་བོས་བོ་རམ་ཅི་ཁ་ཡི་ཤུ་མཆོའི་  
མགྲའལ་པར་ཉི་གནས་འདི་སྤྱི་ཡོད་ས་ལས་པར་བྱོན་ཡི་།

- ༧༩ ཡི་ཤུག་ཉེ་གནས་འདི་སུ་གི་ཡི་ཤུ་ལུ་མཚོ་འི་མགུ་ལས་  
ཕར་བྱོན་བྱི་འགང་ལུ་མཐོང་འདི་ཉེ་གནས་འདི་སུ་གི་སེམས་  
ཁ་ལུ་མགུ་མེ་ནོ་འདི་ཉེ་གནས་འདི་སུ་གར་ནམ་མེ་ས་མེ་  
༧༠ མགུ་འདི་སྐད་ཅེ་ཅི་། དུས་འདི་ལུ་ཡི་ཤུ་གི་འདི་སྐྱེ་  
ལས་ཉེ་གནས་འདི་སུ་ལུ་གསུངས་ཡི་མ་མགུ་ཅིག་ང་ཅིན་  
༧༡ མེ་། འདི་ལས་ཡི་ཤུ་ཉེ་གནས་འདི་སུ་དང་མཉམ་ཅི་གུ་ན་  
ལུ་ཞོན་འདི་སྐྱེ་ཡེ་མཚད་ས་ཡི་ཉེ་གནས་འདི་སུ་ནམ་མེ་ས་  
༧༢ མེ་ནམ་ཏོ་ལོངས་འདི་གུ་བར་ཏོ་ར་ཡར་སེ་ཡི་། ག་ཅིམ་  
ཟེ་བ་ཅིན་ཉེ་གནས་འདི་སུ་གི་ཁ་ལེ་གི་དོན་ལུ་དོན་འད་འདི་  
མ་ཤེས་ཉེ་གནས་འདི་སུ་གི་སེམས་ཁ་ལུ་ཡེ་མེན་འདུ་ག་  
ཅིམ་ཟེ་བ་ཅིན་ཁོང་གི་སེམས་ས་ཀླ་ཡ་སོ་འདུག་།

གུ་ན་ཏོ་ར་སར་གི་སྐྱེ་ན་མེ་འདི་སུ་ལུ་

གུ་ཏོ་བོ་ཡི་ཤུ་གི་གུ་བ་ཟོ་ནི་།

- ༧༣ འདི་ལས་ཡི་ཤུ་དང་ཉེ་གནས་འདི་སུ་མཚོ་གུ་འདི་  
མགུ་ན་ཏོ་ས་ཟེ་མེ་འདི་ཁ་ལུ་སྐྱོད་འདི་གུ་འདི་མཚོ་འི་མགུ་  
༧༤ མ་ལུ་ཐུལ་གི་མདམས་ཞུག་ཅི་། ཡི་ཤུ་གུ་ལས་ས་ཁ་ལུ་

བབ་བེ་དུས་ལྷ་སྒྲིག་ར་གི་ཡི་ཤུ་སྒྲོ་ཤེས་ཕྱི་ཡི་། འདི་ལས་ 11  
 སྒྲིག་འདི་སྒྲིག་ར་ཡུལ་དང་འབྲེམ་ལུ་རྒྱ་འདི་སྒྲིག་ན་མི་འདི་སྒྲིག་  
 ག་ར་ཡི་ཤུ་གི་རྒྱལ་མདུན་ལུ་བཀོད་འོང་ཡི་། ཡི་ཤུ་ག་ཏེ་ 12  
 ཐུན་རྒྱུང་འབྲེམ་ལུ་ཐུན་རྒྱུང་ཡུལ་ལུ་ཐུན་རྒྱུང་ཞིང་ཁ་ལུ་ཐུན་  
 རྒྱུང་སྒྲིག་འདི་སྒྲིག་གི་ཞེས་འདི་སྒྲིག་བཀོད་འདི་ཏེ་ལུ་ཡི་འོང་འདི་  
 ཡི་ཤུ་ལུ་སི་ལུ་ཏབ་འདི་གི་ལྷས་ཡི་ཞེས་འདི་སྒྲིག་གི་ཡི་ཤུ་གི་  
 རྒྱལ་མ་མཐུ་མ་ལུ་རེག་ཅུ་སི་ཞེས་འདི་སྒྲིག་གི་གི་ར་ཡི་ཤུ་ལུ་  
 རེག་མི་འདི་སྒྲིག་ག་ར་ནས་འདི་ལས་གྲགས་སེ་ཡི་།

གྲིས་ཤེས་འདི་སྒྲིག་གི་ལྷས་སོལ་།

1 འདི་ལས་ཕ་རུ་ཤི་བ་འདི་སྒྲིག་འད་མཚེས་ལུ་མཁས་  
 མི་གི་སྒྲོབ་དཔོན་འདི་སྒྲིག་ག་ར་ཡི་རུ་ཤུ་ལེས་ལས་ཡི་ཤུ་  
 གི་སྒྲིག་འདུན་ལུ་འོང་འདི་མཚེས་ཡི་། ཕ་རུ་ཤི་བ་འདི་སྒྲིག་ 2  
 གི་ཡི་ཤུ་གི་ཏེ་གནས་འདི་སྒྲིག་ལབ་མ་རྒྱ་བ་ཞི་མགོ་ཟུ་  
 མཐོང་འདི་ཕ་རུ་ཤི་བ་འདི་སྒྲིག་གི་བདེན་འདོམ་ལུ་ལུ་བེ་  
 ཡི་ཤུ་གི་ཏེ་གནས་འདི་སྒྲིག་གི་མི་བེ་ཡི་སེ་ལབས་ཅི་། ག་ 3  
 ཅིས་ཟེར་བ་ཅིན་ཕ་རུ་ཤི་བ་འདི་སྒྲིག་དང་ཡ་དུ་དུ་འདི་སྒྲིག་ག་  
 འདུ་དུ་དུ་

ར་ཁོང་རང་གི་བྱ་རྒྱུ་ཡང་རྒྱུ་གི་བརྟན་འདོའུ་རྒྱུ་ཅི་ལ་བ་  
 ཡེགས་ཤོམ་ཅི་མ་རྒྱ་བ་ཅིན་གཅི་ཡེ་མི་ཟ་༥ ། ཁྱོམ་ལས་  
 ཡོག་འོམ་འད་ལུ་ཡེ་ཁོང་རྒྱ་གི་མ་ཅབ་བ་གཅི་ཡེ་མི་ཟ་༥  
 འདི་རྒྱུ་ཅི་ལུག་སོལ་ལས་ཤ་ཡོད་ཅི་ཟང་གི་རྫོད་འདི་སུ་  
 ཡེ་ཡེགས་ཤོམ་ཅི་མ་རྒྱ་བ་ཅིན་གཅི་ཡེ་མི་ཟ་༥ །

འདི་གི་དོན་ལུ་ཕ་རུ་གི་པ་དང་མཆོས་ལུ་མཁས་མི་གི་  
 རྒྱུ་དཔོན་འདི་སུ་གི་ཡི་ཤུ་ལུ་གི་ཡི་ཁྱོད་གི་ཉེ་གནས་འདི་  
 སུ་གི་ང་ཅ་གི་བརྟན་མི་གི་ལུག་སོལ་འདི་སུ་མི་ཅི་བ་ལུ་  
 ལབ་མི་རྒྱ་བ་ཞི་གོ་ཟུ་མེ་སེ་ཞུས་ཡི་༥ ཡི་ཤུ་གི་འདི་སུ་  
 ལུ་གསུངས་ཡི་ཁ་འདི་གི་མཆོ་ཅི་མི་སྒྲིའོད་ཆ་གི་དོན་ལུ་  
 ཡ་ཤ་ཡ་གི་ཡེགས་ཤོམ་ཅི་ལུངས་བརྟན་འདི་ཞགས་འདུག་  
 སྒྲིའོད་སུ་ཁ་འདི་གི་ང་ལུ་མོས་ཅི་ཡིན་རུང་འདི་སུ་གི་  
 མེསས་འདི་དོན་འད་ར་ང་ལས་ཐག་རིང་ས་ཡིན་སེ་  
 གསུངས་ཡི་༥ སྒྲིའོད་མི་གི་བཀའ་འདི་སུ་ལུ་དགོན་  
 མཆོག་གི་བཀའ་རྒྱུ་ཅི་སྒྲིའོད་མེ་སེ་གསུངས་ཡི་༥ ཡི་ཤུ་  
 གི་སྒྲིའོད་སུ་ལུ་གསུངས་ཡི་ཆ་གི་བརྟན་ཅི་གི་དགོན་མཆོག་



གི་བཀའ་འདི་སྤྱི་ལོ་ཞུ་འདི་གི་སྤྱི་ལོ་ཞུ་གི་བཅུ་མི་གི་  
ལྷགས་སོལ་འདི་སྤྱི་ལོ་ཞུ་འདི་ཞུ་མེད་སེ་གསུངས་ཡི་།

ད་ལྟ་འདི་ལྷན་གྱི་ར་ཡི་ཤུ་གི་གསུངས་ཡི་ཆ་གི་ ༩  
མཐུ་ཀུམ་འདི་ཞུ་འདི་ཞུ་མེད་སེ་གསུངས་སེ་བཀའ་འདི་སྤྱི་  
ལོ་ཞུ་འདི་ཞུ་མེད་སེ་གསུངས་སེ་བཀའ་འདི་ཞུ་འདི་ཞུ་མེད་  
སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་ ༡༠  
སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་  
སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་  
སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་ ༡༡  
སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་  
སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་  
སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་ ༡༢  
སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་  
སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་ ༡༣  
སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་  
སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་སེ་གསུངས་

སྒྲིལ་འདི་སྤྱུ་ལྷ་ཡི་བརྟེན་བྱིང་ཅུ་འདི་རྒྱུ་མ་བྱེ་ལ་ཞེན་ཡི་ལས་  
ཤ་ཡོད་བྱི་༥

སྒྲིལ་ལྷ་མི་ཅམ་ཟོ་མི་༥

༡༩ འདི་ལས་ཡི་ཤུ་གི་སྒྲིལ་འདི་སྤྱུ་ལྷ་བསྐྱུངས་ཡི་ང་ལྷ་ཉེན་  
༢༠ ཅིག་ཉེན་འདི་གི་ཆ་ག་ར་ཤེས་པེ་བྱེ་སེ་བསྐྱུངས་ཡི་༥ སྒྲིལ་གི་  
བཀ་ཅི་ཟ་མི་འདི་གི་སྒྲིལ་ལྷ་མི་ཅམས་མི་ཟོ་ཡིན་ཅུང་སྒྲིལ་གི་ནང་  
ཀོ་ན་ལས་ཕྱི་ལོག་ལྷ་ཐོན་མི་འདི་གི་སྒྲིལ་ལྷ་མི་ཅམས་ཟོ་ལྷ་  
༢༡ ཡིན་སེ་བསྐྱུངས་ཡི་༥ འདི་ལས་ཡི་ཤུ་གི་བཀ་བཀ་ལྷ་ཉེན་བྱི་  
གི་རྣམ་ཆོག་ཡོད་མི་འདི་སྤྱུ་ཉེན་ཅིག་སེ་བསྐྱུངས་ཡི་༥

༢༢ འདི་ལས་ཡི་ཤུ་གི་སྒྲིལ་འདི་སྤྱུ་ཞག་འདི་བྱིས་ན་ལྷ་བྱོན་  
འདི་ཉེ་གནས་འདི་སྤྱུ་འོང་འདི་གི་དཔེ་འདི་གི་དོན་འདྲ་འདི་  
༢༣ སྤྱུ་གི་ཡི་༥ ཡི་ཤུ་གི་བསྐྱུངས་ཡི་ཉེ་གནས་འདི་སྤྱུ་ལྷ་བྱིང་གི་  
མི་ཤེས་བྱེ་བཀ་སེ་སྒྲིལ་ཞན་ལས་ཐེད་པེ་ཆ་ལྷ་རིག་པ་མི་དག་  
སེ་ཆ་གི་མི་ཤེས་བྱེ་འག་སྒྲིལ་གི་ཕྱི་ལོག་ལས་ནང་ཀོ་ན་རྒྱས་མི་  
༢༤ འདི་གི་སྒྲིལ་ལྷ་མི་ཅམ་མི་ཟོ་སེ་བསྐྱུངས་ཡི་༥ བཀ་ཅིས་ཟོ་བ་  
ཅིན་སྒྲིལ་གི་བཀ་ཅི་ཟ་མི་འདི་འདི་སྒྲིལ་གི་སེམས་ཁྲ་ལྷ་རྒྱས་ལྷ་

མེས་བ་སྒྲི་གི་པོ་ལུ་ན་ལུ་རྩུ་ལུ་ཡིན་འདི་ལས་པོ་ལུ་ན་ལས་  
 སང་སྒྲི་ན་ལུ་འཐོན་འདི་རྩུ་ལུ་ཡིན་སེ་ཡི་ཤུ་གི་འདི་རྩུ་བ་  
 བ་སྒྲི་ལས་འདི་ཞི་འགོ་བ་ར་བ་ཅང་དྲི་བ་དྲི་ཡིན་སེ་བ་སྒྲི་ལས་  
 ཡི་། ད་ར་ཡི་ཤུ་གི་བ་སྒྲི་ལས་ཡི་སྒྲི་གི་ན་ན་ལས་ཕྱི་ལོ་བ་ལུ་ ༢༠  
 འཐོན་མི་འདི་གི་སྒྲི་ལུ་མི་ཅམ་ཟོ་ཡིན་སེ་བ་སྒྲི་ལས་ཡི་།  
 བ་ཅམ་ཟེར་བ་ཅན་སྒྲི་གི་སེམས་ཁ་ལས་ནོ་ས་ཟོབ་དང་ ༢༡  
 སེས་ནི་འདི་སྒྲི་བ་ར་འཐོན་བི་། བ་ཅམ་ཟེར་བ་ཅན་ལ་ཟོབ་ ༢༢  
 ཟེ་ནི་བ་ར་སྒྲི་གི་སེམས་ཁ་ལས་ཐོན་བི་རོ་གི་ཡམ་ཅུ་ཡམ་  
 ལུ་རྩུ་གི་སྒྲི་སེ་ནི་དང་སེར་ན་དང་རོ་ལུ་ཟོབ་བི་ནི་དང་ང་  
 རྩུ་ས་དང་ལོན་ལོག་ནི་དང་འདི་རྩུ་གི་རོ་ས་ཟོབ་འདི་སྒྲི་བ་  
 ར་སྒྲི་གི་སེམས་ཁ་ལས་འཐོན་བི་སེ་ཡི་ཤུ་གི་བ་སྒྲི་ལས་ཡི་།  
 འདི་རྩུ་གི་རོ་ས་ཟོབ་འདི་སྒྲི་བ་ར་སྒྲི་གི་ན་ན་ལས་ཕྱི་ལོ་བ་ ༢༣  
 ལུ་ཐོན་འདི་གི་སྒྲི་ཞན་ལུ་མི་ཅམ་ཟོ་ལུ་ཡིན་སེ་བ་སྒྲི་ལས་ཡི་།

སེ་རོ་པེ་ནི་སྒྲི་ས་ལེ་འོང་མི་ཡམ་ཅུ་འདི་གི་དེབ་།

འདི་བ་སྒྲི་ལས་ཆར་འདི་གི་ཡི་ཤུ་བ་ཞེངས་འདི་གི་ཆོར་ ༢༤

དང་ཆོ་འདོན་ལུ་བྱོན་འདི་སྒྲི་ཞན་བ་བ་གི་ཡི་མ་ཤེད་པེ་

- སང་འདི་གི་སྒྲིལ་ཅིག་གི་བྱིས་ན་ལུ་བཞུགས་རུང་སང་མ་  
 ༢༥ རྒྱལ་། འདི་ཡུལ་འདི་ཁ་ལུ་ཨ་མ་ཅིག་གི་བུ་རྒྱུ་ཀྱི་  
 ཅིག་ལུ་མདོན་གི་ཤིས་འདི་གི་འདུག་མོ་གི་ཡི་ཤུ་གི་ལོ་རྒྱུ་  
 གོ་འདི་ཡི་ཤུ་གི་སྒྲིལ་སྒྲིལ་ལུ་འོང་འདི་གི་ཕུག་ཕུལ་ཡི་།  
 ༢༦ ཨ་མ་རྒྱུ་འདི་ཕྱི་ལོག་གི་སྒྲིལ་ཨིམ་མེ་མོ་ཕོ་ནི་ཀ་ལུ་ཀི་རྒྱུ་  
 ཨིམ་མེ་མོ་གི་ཡི་ཤུ་ལུ་མོ་གི་བུ་རྒྱུ་ན་ལས་མདོན་འདི་དོན་  
 ༢༧ བང་སེ་ཞུས་ཡི་། མོ་གི་ལེན་ལུ་ཡི་ཤུ་གི་བསྐྱེད་ས་ཡི་ང་  
 ཅེ་ནི་མ་ལུ་ཨ་ལུ་འདི་སྐྱེད་བྱེད་རྒྱུ་ཨ་ལུ་གི་ཁ་ལས་འདི་  
 ལེན་འདི་གི་རོ་ཕྱི་གི་ཕུ་ཀྱི་ལུ་བྱིན་མི་སྐྱེད་སེ་བསྐྱེད་ས་ཡི་།  
 ༢༨ འདི་ལས་ཨ་མ་འདི་གི་ཡི་ཤུ་ལུ་ཞུས་ཡི་ལ་སོ་ལ་བཅོ་བོ་  
 སྐྱོན་ཐེག་གི་འོག་ལུ་ཡོད་མི་གི་བྱིས་འདི་སྐྱེད་གི་ཡི་ཨ་ལུ་གི་  
 ༢༩ ཁ་ལེ་གི་ཆག་མདུམ་འདི་སྐྱེད་ཟེ་ཨིན་སེ་ཞུས་ཡི་། ཡི་ཤུ་  
 གི་བསྐྱེད་ས་ཡི་ཁྱོད་གི་འདི་ཟུམ་གི་ལེན་ཕུལ་འདི་ད་སོང་  
 ༣༠ སེ་ཁྱོད་གི་བུ་རྒྱུ་ན་ལས་མདོན་འདི་ཐོན་ལ་སེ་ཡི་། འདི་  
 ལས་ཨ་མ་འདི་མོ་ར་གི་བྱིས་ན་ལུ་ལོག་རྒྱུ་འདི་གི་བུ་  
 འདི་ན་ལས་མདོན་འདི་ཐོན་འདི་བུ་ལས་ཤོམ་བེ་མོ་ར་གི་  
 ཉལ་ས་ལུ་ཉལ་འདི་སྐྱེད་ཐོང་ཅི་།

གཙོ་བོ་ཡི་ཤུ་གི་སྒྲི་རྣམ་ཚེ་འོན་འདྲུ་དང་སྒྲི་གོ་  
ལུ་གྲུ་བ་སོ་བ་མཛོད་ནི།

- འདི་ལས་ཡི་ཤུ་འདི་ཁ་བྱེ་ལོ་ཁ་གི་ཡུལ་འདི་སྒྲི་ཞག་ 37
- འདི་གི་ག་ལེལ་གི་མཚོའི་མཐའ་མ་ལས་བྱེ་ཡུལ་བཅུ་  
ཐམས་ཅེ་མི་ལུ་བྱོན་ཡི། སྒྲི་ལ་ལུ་ཅི་གི་སྒྲི་རྣམ་ཕྱོ་འོན་འདྲུ་ 38
- ཅིག་ཡི་ཤུ་གི་སྒྲི་སྒྲི་ལུ་ཁིག་འོང་འདི་སྒྲི་རྣམ་ཕྱོ་འོན་  
འདྲུ་འདི་གི་མགྲུ་ལུ་ཕུག་ཞག་གནང་སེ་ཞུས་ཡི། ཡི་ཤུ་གི་ 39
- སྒྲི་འདི་གི་རྣམ་ཕྱོ་ཁ་ཕུག་ཞག་འདི་གི་སྒྲི་འདི་གི་སྒྲི་ལུ་ཡེ་  
ཕུག་རེག་འདི་གི་ཚོལ་མ་ཞེན་ཁ་ལུ་ཏོར་འདི་གི། འདི་ལས་ 40
- ཡི་ཤུ་རྣམ་ཁ་ལུ་གཟིགས་འདི་གི་རྣམ་མེ་ས་མེ་གཟུགས་ཐམ་  
འདི་གི་སྒྲི་འདི་ལུ་གསུངས་ཡི་ཨི་པ་ཐ་ཐ་འབྲུག་སྒྲི་ལུ་ད་ཕྱི་  
ཅིག་སེ་འདི་བྱེ་གསུངས་ཡི། འདི་ལས་འདི་སྒྲི་ལེ་ལེ་ར་སྒྲི་ 41
- འདི་གི་རྣམ་ཚེ་ཡེ་ཁ་ཕྱིས་ཁོ་གི་སྒྲི་ཡེ་ལེགས་ཤོམ་ཡ་སེ་  
ཡི་འདི་ལས་ཁོ་གི་ཁ་ཡེ་ལས་ཤོམ་བྱེ་ལབ་ཅི། འདི་ལས་ 42
- ཡི་ཤུ་གི་སྒྲི་འདི་སྒྲི་ལུ་བཀའ་གནང་ཡི་ལོ་གྱུ་འདི་སྒྲི་ཞན་ག་  
ལུ་ཡེ་མ་ལབ་སེ་གསུངས་ཡི་ཨིན་རུང་སྒྲི་འདི་སྒྲི་གི་ཡི་ཤུ་  
གི་ཕུགས་ལས་གནང་སེ་འདི་ལས་ཡེ་ལས་ཤེས་ཤེ་ལབ་

༣༧ ཅི། སྒྲིལ་འདི་སྒྲིལ་འདི་གོ་འདི་གི་ག་ར་ཏ་ལས་འདི་འདི་གི་  
ཁོང་ར་ཅིག་གི་ཅིག་ལུ་ལོ་རྒྱ་བེ་ཡི་ག་ཏེ་བེ་ཡི་ཤུ་གི་འདི་ག་  
ར་བེ་སྒྲིལ་བེ་ན་སེ་ཡི་ཤུ་གི་སྒྲིལ་ནོ་འུ་འོན་སྒྲིལ་འདི་སྒྲིལ་གོ་སྒྲིལ་  
དང་ལེན་གོ་འདི་སྒྲིལ་ཡེ་ཁ་ལབ་སྒྲིལ་བོ་འུ་མེ་སེ་ཁོང་ར་རང་  
ལོ་རྒྱ་བེ་ཡི།

སྒྲིལ་སྒྲིལ་སྒྲིལ་བཞི་ལུ་བེ་ནི་བྱིན་ནི།

༤ ད་ ཅུ་ ཏུས་ ཡ་ ཅི་གི་ ཤུལ་ ལས་ སྒྲིལ་ ལས་ ཤ་ ཅིག་  
༥ འཛོམས་འདི་འདུག་སྒྲིལ་འདི་སྒྲིལ་ ལུ་ བེ་ནི་ག་ཅི་ཡེ་མི་བ་  
ཡི་ ཤུ་གི་ ཁོ་ར་གི་ཉེ་གནས་འདི་སྒྲིལ་ཁོ་ར་གི་སྒྲིལ་མདུན་ལུ་  
༦ བོ་འདི་གི་གསུངས་ཡི། ང་སྒྲིལ་འདི་སྒྲིལ་ལུ་འདི་ཕྱེ་འུ་མེ་སྒྲིལ་  
འདི་སྒྲིལ་ང་དང་ཉམ་ཅི་བསྐྱོད་འདི་གི་ཞག་གསུམ་ལང་སེ་ཡི་  
༧ ཁོང་ལུ་བེ་ནི་ག་ཅི་ཡེ་མ་ཐོབ་སེ་གསུངས་ཡི། སྒྲིལ་འདི་སྒྲིལ་  
ལ་ལོ་ཅིག་ས་ཐག་རིང་ས་ལེ་འོང་འོས་ཡིན་ ཁོང་ལུ་ག་ཅི་  
ཡེ་མ་བྱིན་བ་དང་བ་ཅིན་ ལས་ ཁ་ ལུ་གྱིས་ འདི་གི་སྐྱོད་འོང་  
༨ སེ་གསུངས་ཡི། འདི་གི་ལེན་ལུ་ཉེ་གནས་འདི་སྒྲིལ་གི་ཡི་ཤུ་  
ལུ་ཞུས་ཡི་སྒྲིལ་འདི་སྒྲིལ་ལངས་བེ་གི་ཁ་ལས་ན་ནག་ཚལ་ན་

ལུ་ག་དེ་ལས་ཐོབ་བ་། ཡི་ཤུ་གི་ཉེ་གནས་འདི་སུ་ལུ་ཆ་ལུ་ ༡  
 ཁ་ལས་ག་དེ་ཅི་ཡོད་བ་སེ་དེ་ཡི་འདི་གི་ལེན་ལུ་ཉེ་གནས་  
 འདི་སུ་གི་ཡི་ཤུ་ལུ་ཁྱེས་ཡི་ཁ་ལས་མདུན་ཡོད་སེ།

འདི་ལས་ཡི་ཤུ་གི་སྒྲི་འདི་སུ་ལུ་ས་ཁ་སྒོད་ཅུག་འདི་ ༢  
 གི་འདི་ལས་ཡི་ཤུ་གི་ཁ་ལས་མདུན་བ་ཐུག་ལུ་ནམས་འདི་  
 གི་དཀོན་མཆོག་ལུ་སྒོད་ཐུལ་འདི་གི་འདི་ལས་སྒྲི་འདི་སུ་ལུ་  
 བྱིན་བེ་དོན་ལུ་ཉེ་གནས་འདི་སུ་གི་ལག་པ་ལུ་གནང་ཡི་འདི་  
 ལས་ཉེ་གནས་འདི་སུ་གི་སྒྲི་འདི་སུ་ལུ་བྱིན་ཡི་། ཁོང་གི་ ༣

སྒྲི་ཁ་ལུ་ཉ་ཅུང་ཀྱ་ཙམ་ཅི་ཅི་ཡོད་བེ་འདི་ཡི་ཡི་ཤུ་གི་  
 དཀོན་མཆོག་ལུ་སྒོད་ཐུལ་འདི་གི་སྒྲི་འདི་སུ་ལུ་བྱིན་བེ་གི་  
 དོན་ལུ་ཡི་ཤུ་གི་ཉེ་གནས་འདི་སུ་ལུ་གནང་ཡི་། སྒྲི་འདི་སུ་ ༤

ག་ར་ཟ་འདི་གི་འགྲང་ཅི་འདི་ཁ་ལུ་ཁ་ལས་ཟ་མི་གི་སྒྲི་སྒོང་  
 ཐུག་བཞི་ཡོད་བེ་། ཁ་ལས་གི་ལྷག་མ་ཉེ་གནས་འདི་སུ་གི་ ༥

ཅི་ལུ་མདུན་བསྐྱུ་ཡི་འདི་ལས་ཡི་ཤུ་གི་སྒྲི་འདི་སུ་ཁོང་ར་  
 རང་རང་གི་བྱིས་ན་ལུ་ཁྱུ་ཅུག་ཅི་། འདི་ལས་འདི་སྒོལ་ལས་ ༡༠

ཡི་ཤུ་ཁོང་ར་རང་གི་ཉེ་གནས་འདི་སུ་དང་མཉམ་ཅི་གྱ་ན་ལུ་  
 ཞོན་འདི་ཐུལ་འདལ་མ་ཐུ་ལུ་བྱིན་ཡི་།

ལྷ་བཟློན་གནང་སེ་བཞུས་མི་གི་ལོ་གྲུས་

- ༡༡ འདི་ཁ་ལུ་པ་རུ་ཤི་བ་འདི་སུ་འོངས་འདི་ཡི་ཤུ་དང་  
མཉམས་ཅི་མཆོ་གི་ཅོ་ཕྱག་ཅི་ཡི་ཤུ་ལུ་རྒྱང་བེ་གི་དོན་ལུ་ནི་  
ད་ཆོལ་མགོ་ནོ་འདི་གི་ནམ་ཁ་ལེ་ང་ཅ་ལུ་ལྷ་ཅིག་བཟློན་  
༡༢ གནང་སེ་བཞུས་འདི་གི་ཡི་ཤུ་གི་ཆོས་ལྷ་འི་། འདི་ལས་  
ཡི་ཤུ་ལས་ཤུ་བྱགས་ལུ་བྱས་འདི་གི་གསུངས་ཡི་ག་ཅི་གི་  
དོན་ལུ་དེ་རིང་ས་གི་སྒྲི་འདི་སུ་ལྷ་འཆོལ་མོ་ང་གི་ཆ་ལུ་  
དོན་འད་ར་བེ་གསུངས་འདོ་སྒྲི་འདི་སུ་ལུ་ལྷ་ག་ཅི་ཡི་ལྷོན་ནི་  
༡༣ མི་སེ་། འདི་གསུངས་འདི་གི་ཡི་ཤུ་གི་སྒྲི་འདི་སུ་བཞག་  
འདི་གི་ལོག་འདི་ཤུ་ན་ལུ་ཞོན་འདི་མཆོ་འི་པ་ཁ་ལུ་བྱོན་  
སེ་ཡི་།

- ༡༤ ཏུས་འདི་ལུ་ཉེ་གནས་འདི་སུ་གི་ལམ་ཁ་ལུ་ཟ་ནི་གི་ཁ་  
ལས་ཐེབ་པེ་མ་བ་སྒྲ་ཁོང་གི་སྒྲ་ཁ་ལུ་ཁ་ལས་ཅིག་ར་ཅིམ་  
༡༥ མེ་། ཏུས་འདི་ལུ་ཡི་ཤུ་གི་ཉེ་གནས་འདི་སུ་གི་སེམས་ཁ་  
ལུ་ཆོ་འི་དོན་ལུ་པ་རུ་ཤི་བ་དང་ཉེ་རོ་གི་སྒྲུར་སྒྲུ་ལེ་ལས་  
༡༦ ཤོམ་བེ་སུང་སེ་གསུངས་ཡི་། འདི་ལས་ཉེ་གནས་འདི་སུ་



ཁོང་ར་ཅིག་གི་ཅིག་ལུ་ལོ་རྒྱ་བེ་ཡི་ཡི་ཤུ་གི་ང་ཅ་ལུ་ཁ་ལས་

མི་བ་སྤེན་ནི་འདི་གི་འདི་གསུངས་མེ་སེ། ཡི་ཤུ་གི་འདི་ 70

མཁུན་འདི་གི་ཉེ་གནས་འདི་སུ་ལུ་གསུངས་ཡི་ཅ་ལུ་ཁ་ལེ་

མི་བེ་གི་དོན་ལུ་གཅིག་གི་གཅིག་ལུ་ལོ་རྒྱ་ག་ཅི་བེ་ལབ་ཅ་

གི་ད་དོ་ཡི་ཡི་མ་ཆེས་འག་ཅ་གི་ད་དོ་ཡི་མི་ཤེས་བེ་

འག་། ཅ་གི་མིག་འདོ་ཡོད་རུང་མི་མཐོང་བ་ནམ་ཆོ་ 71

ཡོད་རུ་མི་གོ་ཡི་འག་ཅ་གི་སེམས་ཁ་ལུ་ག་ཅི་ཡི་མི་ཆོ་

ཡི་འག་སེ་གསུངས་ཡི་། ང་གི་ཉེ་གནས་དང་ཁ་ལས་ 72

ལུ་གི་སྤེན་ཉོང་ཕྱག་ལུ་ལུ་འགྲང་འདི་གི་ལྷག་མ་ཙོ་ལུ་ག་དེ་

ཅི་ཕུ་ཡི་སྤེན་སེ་གསུངས་ཡི་ཉེ་གནས་འདི་སུ་གི་ཁྱས་ཡི་ཙོ་

ལུ་གཉིས་སེ། ད་རུང་ཁ་ལེ་མདུན་གི་སྤེན་ཉོང་ཕྱག་བཞི་ 73

ལུ་བྱེན་བེ་གི་གང་ལུ་སྤེན་འདི་སུ་ག་ར་འགྲང་འདི་གི་ལྷག་

མ་ཅ་གི་ཙོ་ལུ་ག་དེ་ཅི་ཕུ་ཡི་བེ་སེ་གསུངས་ཡི་ཉེ་གནས་

འདི་སུ་གི་ཁྱས་ཡི་ཙོ་ལུ་མདུན་སེ། ཅ་གི་ད་རུ་ 74

ཡི་མི་ཤེས་བེ་འག་སེ་ཡི་ཤུ་གི་ཉེ་གནས་འདི་སུ་ལུ་

གསུངས་ཡི་།

བེད་ཅ་ཡི་ཡུལ་གི་སྒྲི་མི་དོ་ཞུ་གཅིག་ལུ་གཅོ་བོ་  
ཡི་ཤུག་གུ་བ་ཟོ་ནི།

- ༢༢ འདི་ལས་ཡི་ཤུང་ཉེ་གནས་འདི་སུ་སྒྲི་འདི་སུ་གི་དེ་  
མ་ལུ་སྒྲི་མི་འདོ་ཞུ་ཁྱིམ་འདི་གི་འོང་སི་གི་ས་བེད་ས་ཡུལ་
- ༢༣ ལུ་བྱོན་ཡི། འདི་ཁ་ལུ་སྒྲི་མི་འདོ་ཞུ་སྒྲི་འདི་སུ་གི་ཡི་ཤུག་གི་  
སྒྲི་མི་འདོ་ཞུ་ཅིག་ཁྱིམ་འོང་འདི་གི་ཡི་ཤུག་གི་  
སྒྲི་འདི་གི་མགུ་ལུ་ཕུག་ཞུག་འདི་གི་མི་འདོ་ཞུ་འདི་གུ་བ་  
སོ་བ་མཛད་གནང་སེ་ཞུས་ཡི་འདི་ལས་ཡི་ཤུག་གི་སྒྲི་འདི་གི་  
ལག་པ་ལེ་ཤིས་འདི་ཁྱིམ་འདི་གི་ཕྱ་ལོག་ལུ་བྱོན་ཡི་སྒྲི་འདི་  
གི་མི་དོ་ཁ་ལུ་ཕུག་བཞག་འདི་གི་ཚེ་ལ་མ་ཞེན་ཁ་ལུ་གཏོར་
- ༢༤ འདི་གི་ག་ཅི་མཐོང་བེ་སྒྲི་སེ་གསུངས་ཡི་ཡི་ཤུག་གི། འདི་  
ལས་སྒྲི་མི་འདོ་ཞུ་འདི་གི་ལུ་འདི་གི་ཞུས་ཡི་ང་གི་སྒྲི་
- ༢༥ འདི་སུ་ཤིང་ལྷུ་བ་པར་རྒྱུ་མཐོམ་མེ་སེ། འདི་  
ལས་ཡི་ཤུག་གི་ལོག་འདི་ར་སྒྲི་འདི་གི་མི་དོ་ཁ་ལུ་ཕུག་  
བཞག་འདི་གི་མི་འདི་གི་མི་དོ་འདི་ལས་ཤོམ་བེ་མཐོམ་  
ཟོ་ཡི། འདི་ལས་ཡི་ཤུག་གི་འདི་ཁོ་ར་རང་གི་ཁྱིམ་ན་ལུ་

སོང་སེ་ཡུལ་ལུ་མ་སོང་སེ་ལས་ཤོམ་ནི་གསུངས་འདི་  
དང་ཡི་།

པེ་རྟོ་གི་གཙུག་པོ་ཡི་ཤུ་ག་ཡིན་ན་བཞུས་མི་གི་ལོ་རྒྱུས་།

འདི་ལས་ཡི་ཤུ་དང་ཉེ་གནས་འདི་སུ་ག་ར་ཀེ་སེར་ 20

ཡ་མེ་ལིཔ་པི་ཟེར་མི་གི་གོང་ཆོན་ལུ་བྱོན་ནི་གི་དུས་ལུ་ལས་  
ཁོ་ལུ་ཡི་ཤུ་གི་ཉེ་གནས་འདི་སུ་ལས་གི་ཡི་སྒྲི་འདི་སུ་གི་

ང་ག་ཡིས་མོ་སེ་ལབ་མོ་སེ་། ཉེ་གནས་འདི་སུ་གི་ཞུས་ཡི་ 21

སྒྲི་ལ་ལོ་གི་ཡོན་ནན་ཁྲུས་གསེལ་གནང་མི་འདི་ཡིས་མོ་

སེ་ལ་ལོ་གི་ཡོན་ལི་ཡ་ཡིས་མོ་སེ་ལབ་འདི་ད་ཅ་སྒྲི་ཞན་

འདི་སུ་གི་ལུང་ཤེགས་མི་འདི་སུ་གི་སྐུ་ཁ་ལེ་ཅིག་ཡིས་མོ་

སེ་ལབ་འདི་། འདི་ལས་ཡི་ཤུ་གི་ཉེ་གནས་འདི་སུ་ལས་ 22

གི་ཡི་ད་ཁྱོད་གི་ང་ག་ཡིས་མོ་སེ་ལབ་འདི་ལས་པེ་རྟོ་གི་

ཞུས་ཡི་ཁྱོད་མ་གི་བཀའ་ཁྱེན་མེད་ནི་དཀོན་མཆོག་གི་ཅ་

ཅབ་ཅི་ཡིས་མོ་སེ་ཡི་ཤུ་ཞུས་ཡི་། འདི་ལས་ཡི་ཤུ་གི་ 23

ཉེ་གནས་འདི་སུ་ལུ་ལས་ཤོམ་ནི་ངས་གི་ལོ་རྒྱུ་འདི་སུ་སྒྲི་

ཞན་ལུ་མ་ལབ་སེ་གསུངས་ཡི་།

གཙོ་བོ་ཡི་ཤུ་ཁོ་ར་རང་གོང་ས་ནི་གི་ལོ་གྱུས་  
 ཉེ་མ་ལེ་གསུངས་ནི།

37

འདི་ལས་ཡི་ཤུ་གི་ཉེ་གནས་འདི་སུ་ལུ་ལས་ཤོམ་བེ་  
 ཉེན་འདི་གི་གསུངས་ཡི་སྒྲི་གི་བུ་འདི་སྐྱུ་ག་བསྐལ་ལས་ཤ་  
 སྒྲོང་འདི་གོན་འདེབ་དང་སྒྲུམ་སྒྲོམ་དང་ཆོས་ལུ་མཁས་མི་སྒྲི་  
 འདི་སུ་དང་སྒྲི་ཞན་འདི་སུ་གི་ང་མིང་འགོ་བ་ལུ་སེ་འོང་འདི་  
 ལས་ང་ཞག་གསུམ་ལས་ད་ལུ་འདེ་ལོག་བཞེང་འགོ་སོ་འདེ་

38

བེ་གསུངས་ཡི། ཡི་ཤུ་གི་ཁོ་ར་རང་གི་ལོ་གྱུ་འདི་རྒྱུ་བེ་  
 གསུངས་འདི་གི་བེ་དོ་གི་ཡི་ཤུ་ལུ་རྒྱར་ཁ་ཁིག་འདི་ཡི་ཤུ་

39

ལུ་འདེ་བེ་མ་བེ་སེ་ལས་ཤོམ་བེ་ཞུས་ཡི། ཡིན་རུང་ཡི་ཤུ་  
 གི་པར་རྒྱར་ལུ་གཟིགས་འདི་ཉེ་གནས་འདི་སུ་ལུ་ཡི་  
 གཟིགས་འདི་ཉེ་གནས་འདི་སུ་ལུ་ཡི་གསུངས་ཡི་བེ་དོ་ལུ་  
 ཡི་གསུངས་ཡི་མདུད་ཁྱོད་ང་ལས་པར་སོང་ཅིག་ཁྱོད་སྒྲན་  
 མེད་བེ་དགོན་མཆོག་གི་གཤམ་ལས་འགོང་རྒྱུ་བེ་མེམ་བ་སྒྲི་  
 འདི་སུ་གི་རྫོ་ས་རྒྱུ་བེ་ཅིམ་མེ་སེ་གསུངས་ཡི།

40

འདི་ལས་ཡི་ཤུ་གི་སྒྲི་འདི་སུ་དང་ཉེ་གནས་འདི་སུ་ག་  
 ར་ཡི་ཤུ་གི་སྐྱོན་མདུན་ལུ་བོ་འདི་གི་གསུངས་ཡི་གཤམ་སེ་སྒྲི་

ག་ར་སྤེ་རུང་ངས་གི་ལྟལ་ལས་འོང་འགོ་ནི་བ་ཅིན་རང་གི་  
 རང་ལུ་ནི་ས་མ་དང་སྤྱ་རང་གི་ཁྲོམ་ཤིང་བཀ་འདི་ངས་གི་  
 ལྟལ་ལས་ཤོག་སེ་གསུངས་ཡི། ག་ར་བེ་རུང་རང་གི་ 34

སྤོག་ལུ་ཕང་མི་འདི་སྤྱང་འོང་སེ་ད་ཅུ་ག་ར་བེ་རུང་ང་དང་  
 ངས་གི་བཀའ་འདི་གི་དོན་ལུ་རང་གི་སྤོག་སྤྱང་མི་འདི་  
 སངས་རྒྱུས་ས་ལུ་ལྷོས་འོང་སེ་གསུངས་ཡི། གེ་སི་སྤྱི་ 35

ཅིག་གི་འཛིག་དེན་གི་རྒྱ་ནོར་ལོངས་སྤྱོད་ག་ར་ཐོབ་རུང་སྤྱི་  
 འདི་ཁོ་ར་རང་གི་སངས་རྒྱུས་མ་ཐོབ་བ་ཅིན་ག་ཅི་གི་ཕེན་  
 ཐོག་ཡོད་བ་སེ་གསུངས་ཡི། སྤྱི་གི་རང་གི་སྤོག་འདི་ཉི་ཡི་ 36

དོན་ལུ་འདི་གི་རིང་འདི་ག་ཅི་གྲོས་སུབ་མོ་ག་ཅི་ཡེ་བྱིན་མི་  
 སུབ་སེ་གསུངས་ཡི། ག་ར་བེ་རུང་ང་དང་ངས་གི་འཕྲིན་ 37

བཟང་འདི་གི་དོན་ལུ་སྤྱི་སྤྱི་ག་ཅིན་འདི་སུ་དང་དགོན་མཆོག་གི་  
 ལུ་དེབ་མི་སྤྱི་འདི་སུ་གི་སྤྱི་ཁ་ལུ་སྤྱི་ཆ་བ་ཅིན་ང་ཡེ་འདི་  
 སྤྱི་འདི་ལུ་ཁོ་ངས་གི་བྱམས་པའི་ཡབ་གི་དཔལ་འཕྱོར་གི་  
 བུ་ན་འོང་བའི་ཆོ་དམ་པའི་ཕོ་ཉི་གི་མདོང་ཁ་དང་བྱམས་  
 པའི་ཡབ་གི་སྤྱི་འདུས་ལུ་ང་ཡེ་འདི་སྤྱི་འདི་ལུ་སྤྱི་ཆ་ནི་  
 ཡིན་སེ་གསུངས་ཡི།

ད་ཅུང་ཡི་ཤུག་གི་གསུངས་ཡི་འདི་སེམས་ཁ་ལུ་ཞགས་  
 བ་ལུ་ཡོངས་འདི་སྟོང་མི་འདི་སུ་གི་བུ་ཁ་ལས་ལ་ལེ་ཅིག་  
 དཀོན་མཆོག་གི་རྒྱལ་སི་འདི་དབང་སྟོན་བེ་འོང་མི་མ་  
 མཐོས་ཚོན་ཚོས་མི་ཤེ་བ་སྟོང་འོང་སེ་གསུངས་ཡི་།

གཙོ་བོ་ཡི་ཤུག་གི་སྐྱུ་རྒྱལ་ཞན་གཅིག་ལུ་རྒྱུར་ནི་།

- 2 འདི་ལས་ཞག་རྒྱལ་གི་ཤུལ་ལས་ཡི་ཤུག་གི་ཕྱོད་དང་  
 ཡ་ཀོབ་དང་ཡོ་ཏ་ནན་གསུམ་ཁོ་ར་རང་དང་མཉམ་ཅི་རི་  
 མཐོ་སེན་སེ་བེ་མི་ཅི་ལུ་ཁྱིག་འདི་སྟོང་ཡི་ཉེ་གནས་འདི་སུ་  
 གི་ཕྱོང་ས་ཡི་ཤུག་གི་སྐྱུ་རྒྱལ་གཞན་ཅི་ལུ་རྒྱུར་ཡི་། ཡི་ཤུ་  
 གི་ནམ་ཟ་འདི་འོད་ཤར་འདི་ན་མེས་ས་མེ་དཀར་པོ་སྟེ་  
 འཛིག་དེན་ན་ལུ་སྟེ་ག་གི་ཡེ་འདི་གཞུང་སྟེ་ཆུ་མི་ཆུབ་པེ་ཉེ་  
 གནས་འདི་སུ་གི་ཕྱོང་ཅི་། རྒྱས་འདི་ལུ་ཨེ་ལི་ཡ་དང་མོ་  
 ཤེ་ཡེ་འདི་ཁ་ལུ་མངོན་སུམ་བེ་འོང་འདི་ཡི་ཤུ་དང་ཉམ་ཅི་  
 གསུང་ཡོང་མཆེ་བ་ཉེ་གནས་འདི་སུ་གི་མཐོང་ཅི་། རྒྱས་  
 འདི་ལུ་པེ་ཏོ་གི་ཡི་ཤུ་ལུ་ཞུས་ཡི་སྟོན་དཔོན་ལ་ང་ཅན་ལུ་  
 སྟོན་བ་ཅིན་དགའ་ཡེ་ང་ཅེ་གཟིམ་ཅུ་གསུམ་བཟོ་དགོ་བེ་

ཡི་ཤུ་གི་དོན་ལུ་གཅིག་དང་མོ་ཤེས་གི་དོན་ལུ་གཅིག་དང་  
 མེ་ལི་ཡ་གི་དོན་ལུ་གཅིག་སེ་ཞུས་ཡི་། ག་ཅིས་ཟེར་བ་ ༤  
 ཅིན་ཉེ་གནས་འདི་སུ་ག་ར་ན་མེ་ས་མེ་འགོ་འདི་ཡི་ཤུ་ལུ་  
 ག་དེ་སྤེ་ཞུས་ནི་ན་མ་ཤེས་བ་སྤྲིད་ཅི་། དུས་འདི་ལུ་ནམ་ ༧  
 ཁ་ལས་སེ་སྤུ་ཅི་འོང་འདི་ཁོང་ག་ར་ལུ་ས་སྤུ་འདི་གི་སྤུ་ཡི་  
 འདི་ལས་སེ་སྤུ་འདི་གི་ནང་ཀོ་ན་ལས་སྤྲད་ཅིག་བྱང་ཅི་འདི་  
 ང་ར་རང་གི་བྱམས་པི་གི་བྱ་ཅིན་ཆ་ག་ར་ཁོ་གི་བཀའ་ལུ་  
 ལས་ཤོས་བེ་ཉེན་སེ་གསུངས་ཡི་། འདི་ལས་ཉེ་གནས་ ༨  
 འདི་སུ་ཆང་གི་དོན་འདི་གི་ཕར་ཆུར་ད་འི་ཕར་ཆུར་དེ་བེ་ད་  
 རུང་ཉེ་གནས་འདི་སུ་དང་ཡི་ཤུ་ཅམ་ཅི་མ་དོ་སྤྲ་སྤྲི་ཞན་ག་  
 ཡེ་མ་ཐོང་།

འདི་ལས་ཁོང་ག་ར་དི་ལས་མ་ལུ་བབ་བེ་དུས་ལུ་ ༩  
 ཡི་ཤུ་གི་ཁོར་གི་ཉེ་གནས་འདི་སུ་ལུ་གསུངས་ཡི་སྤྲི་གི་བྱ་  
 འདི་གི་འདི་མ་ལོངས་བེ་ཆོན་ཆོས་ཆ་གི་མཐོང་མི་གི་ལོ་གྱུ་  
 འདི་སྤྲི་ཞན་ག་ལུ་ཡེ་མ་ལབ་སེ་གསུངས་ཡི་། ཉེ་གནས་ ༡༠  
 འདི་སུ་གི་ཡི་ཤུ་གི་བཀའ་ལུ་ཉན་ཡི་ཡིན་རུང་ཉེ་གནས་འདི་  
 སུ་ཁོང་ར་རང་གི་སྤུ་ཁ་ལུ་ཅིག་གི་ཅིག་ལུ་གི་ཡི་འདི་ག་ཅི་

- 22 ཡིན་ན་སེ་གི་ས་ལས་མ་ལོངས་བྱི་ཚོན་ཚོས་། འདི་ལས་  
 ཉེ་གནས་འདི་སྤྱ་གི་ཡི་ཤུ་ལུ་ཁྱས་ཡི་མཚོས་ལུ་མཁས་མི་  
 སྤྱི་འདི་སྤྱ་གི་ཉེ་མ་ལུ་ཨེ་ལི་ཡ་བྱོན་དགོང་སེ་ལབ་འདེ་སེ་  
 23 ཁྱས་ཡི་། ཡི་ཤུ་གི་ཉེ་གནས་འདི་སྤྱ་ལུ་གསུངས་ཡི་  
 ཨེ་ལི་ཡ་དོན་དར་ཉེ་མ་ལུ་བྱོན་ཡི་ཁོ་བྱོན་འདི་གི་ག་ར་  
 གཤམ་འབྱི་བྱི་ཡི་ཡིན་རུང་སྤྱི་གི་བྱ་འདི་གི་དོན་ལུ་ག་ཉེ་བྱི་  
 འདི་མོ་ཁོ་སྤྱ་ག་ངལ་ལས་ཤ་བྱོང་འདི་སྤྱི་འདི་སྤྱ་གི་ཁོ་ལུ་  
 23 འགོ་མི་དུབ་སེ་གསུངས་ཡི་། ཡིན་རུང་ང་གི་བྱོང་ལུ་  
 གསུངས་བྱི་ཨེ་ལི་ཡ་ཉེ་མ་ལས་བྱོན་ཡི་སྤྱི་འདི་སྤྱ་གི་  
 ཨེ་ལི་ཡ་ལུ་སྤྱི་འདི་སྤྱ་གི་ག་དགའ་ལུ་བྱི་ཡི་མཚོས་ན་ལུ་  
 གི་འདི་གི་ཞག་དོ་ལུ་ཟུམ་བྱི་།

བྱ་ཚུ་མདུད་གི་ཟུང་མི་གཅིག་ལུ་གཙོ་བོ་

ཡི་ཤུ་གི་གཤམ་ཚོ་ནི་།

- 24 འདི་ལས་ཉེ་གནས་འདི་སྤྱ་དང་མཚོས་ལུ་མཁས་མི་  
 སྤྱི་འདི་སྤྱ་ག་ར་ཅི་ཁོ་ཚུ་མས་འདི་མཚོ་གི་ཀོར་ལས་གི་བ་བྱི་  
 24 ལུ་ཡི་ཤུ་གཅིག་མས་ཅི་། འདི་ཕྱོད་ལས་སྤྱི་འདི་སྤྱ་གི་ཡི་ཤུ་



ལུ་མཇལ་འདི་ཉ་ལས་འདི་འདི་ཡི་ཤུག་སྒྲུམ་མདུན་ལུ་  
 འོང་འདི་ཐུག་ཐུལ་ཡི། ཡི་ཤུག་ཉི་གནས་འདི་སུ་ལུ་གི་ ༡༩  
 ཡི་ག་ཅི་གི་གི་བ་བེ་འུ་སེ། རྩི་ལས་ཤུག་སྒྲུམ་ལས་རྩི་ ༢༠  
 ཅིག་གི་ཡི་ཤུག་ལུ་ལྷན་ཡི་སྒྲོབ་དཔོན་ལ་ང་གི་ངས་གི་བུ་ཁྱེད་  
 གི་སྒྲུམ་སྒྲུམ་ལུ་ཁྱིམ་འདི་འོང་ཡི་ཁོ་ལུ་འབྲེ་སྒྲིང་དགོ་ཅིག་  
 གི་ཤིས་འདི་ཨིམ་མེ་སེ། འབྲེ་འདི་གི་ཁོ་ཤིས་འདི་ཁོ་ ༢༡  
 ས་ཁ་དབ་འདི་ཁོ་གི་ཁ་ལས་སྒྲོ་འག་འཕྱོན་འདི་ཁོ་སོ་ཡི་  
 འདྲ་འདི་གི་ཁ་ལས་གི་སྒྲོ་འག་གི་ཟུག་ག་ར་བངས་གྱུ་འུ་སེ་  
 ང་གི་ཁྱེད་གི་ཉི་གནས་འདི་སུ་མག་འདི་ལྷོན་དང་ནང་སེ་ལུས་  
 ཡི་ཡིན་རུང་ཁོང་གི་ལྷོན་མ་སུབ། དེ་བེ་ལུས་ཡི་ལེན་ལུ་ ༢༢  
 ཡི་ཤུག་རྩི་འདི་ལུ་གསུངས་ཡི་དེབ་མི་མི་གི་སྒྲིང་ང་ཆ་  
 འདྲ་ཉམས་ཅི་ག་དེ་ཅི་ཆོན་ཆོས་སྒྲོད་ནི་མོ་ག་དེ་ཅི་ཆོན་ཆོས་  
 ང་གི་ཆ་ལུ་སྒྲོང་འདི་ཞག་ནི་མོ་ཨེ་ལུ་འདི་ང་ཡོད་ས་ཁྱིམ་  
 འདི་གི་ཤོག་སེ་གསུངས་ཡི། འདི་ལས་རྩི་འདི་གི་ཨེ་ལུ་ ༢༣  
 འདི་ཡི་ཤུག་སྒྲུམ་མདུན་ལུ་ཁྱིམ་འོང་འདི་འདི་ལས་མག་  
 འདི་གི་ཡི་ཤུག་མཇལ་འདི་མག་འདི་གི་ཨེ་ལུ་འདི་མར་དང་

༢༡ རྒྱུ་མེན་འདི་གི་ཡུ་ལུ་འདི་ས་ཁ་རྒྱུས་འདི་ཁ་ལེ་སྤོ་འག་  
 མཐོན་ཡི་། འདི་ལས་ཡི་ཤུ་གི་ཡུ་ལུ་འདི་གི་ཡུ་པ་ལས་  
 གྲི་ཡི་འདི་བེ་སྤོ་འདི་གི་ག་དེ་ཅི་ལངས་སེ་ཡི་སྤུ་ཡུ་པ་འདི་  
 གི་ཡུ་ལུ་འདི་རྒྱུ་གྲི་གི་གང་ལས་ར་འདི་རྒྱུ་བེ་མིན་ལ་  
 ༢༢ སེ་ཡི་ཤུ་ལུ་ལྷས་ཡི་། མགྲོ་འདི་གི་རྒྱུ་ལས་ཤུ་ཡུ་  
 འདི་ལུ་སེག་གི་གི་དོན་ལུ་སེ་ན་ལུ་ཡི་རྒྱུ་ཡི་ད་ང་ཅ་ལུ་ཐུགས་  
 མཛོ་གཟིགས་འདི་དོག་བེ་སྤུ་བེ་ཅིན་དོག་བེ་གནང་སེ་ལྷས་  
 ༢༣ ཡི་། ལ་སོ་ལ་སེ་ལྷས་ཡི་ཡི་ཤུ་གི་གསུངས་ཡི་རྒྱུ་གི་དེ་བ་  
 བེ་བ་ཅིན་དེ་བ་བེ་མི་སྤོ་འདི་སྤུ་གི་དོན་ལུ་ག་ར་བྱང་སྤུ་བ་སེ་  
 ༢༤ ཡི་ཤུ་གི་གསུངས་ཡི་། འདི་ལས་ཡུ་ལུ་འདི་གི་ཡུ་པ་འདི་  
 རྒྱུ་སྤོ་སྤོ་སྤོ་འདི་ཡི་ཤུ་ལུ་ལྷས་ཡི་ང་དེ་བ་བེ་ནི་ངས་གི་  
 དེ་བ་མི་སྤོ་གི་སེམས་འདི་ལུ་ང་དེ་བ་བེ་སྤུ་བེ་དོན་ལུ་དོག་བེ་  
 གནང་སེ་ལྷས་ཡི་།

༢༥ སྤོ་ལས་ཤུ་འོང་མི་ཡི་ཤུ་གི་གཟིགས་འདི་གི་མགྲོ་འདི་  
 ལུ་སྤོ་སྤོ་འདི་གི་ཡི་ཤུ་གི་གསུངས་ཡི་མདོན་སྤོང་འགོང་  
 གི་ཁྱོད་ལུ་ལབ་འདོ་ཡུ་ལུ་འདི་གི་ནང་རྒྱུ་ལས་སྤང་ཁ་ལུ་

ཐོན་འདི་ལས་ལོག་འདི་འདི་ཁ་ལུ་མ་རྩས་སེ་གསུངས་ཡི་།

འདི་ལས་སྐད་སྒྲུབ་ཅི་ཀྱང་འདི་མག་འདི་གི་ཨ་ལུ་འདི་པར་ ༢༩

ཀོ་རྩར་ཀོ་འདི་ཨ་ལུ་འདི་གི་ནང་ཀོ་ན་ལས་སྐད་ཁ་ལུ་ཐོན་

འདི་འོང་ཡི་འདི་ལས་ཨ་ལུ་འདི་གུམ་བར་ཏོ་སྒྲེ་བྱང་འདི་

གི་སྒྲེ་གར་གི་ཨ་ལུ་འདི་གི་སོ་འདུ་ནོ་ཡི་། ཡིན་རུང་ ༣༠

ཡི་ཤུ་གི་ཨ་ལུ་འདི་གི་ལག་པ་ལས་གིས་འདི་གི་སྒྲོང་ཅི་

འདི་ལས་ཨ་ལུ་འདི་འོངས་ཆེ་ཡི་།

འདི་ལས་ཡི་ཤུ་ཁྱིམ་ན་ལུ་བྱོན་འདི་ཉེ་གནས་འདི་སུ་ ༣༡

གི་ཅང་དང་འདི་གི་རྩ་ཁ་ཅི་ཡི་ཤུ་ལས་གི་ཡི་གུ་ཅི་གི་དོན་

ལུ་ང་ཅི་གི་མག་འདི་དོན་འདི་དང་མ་སུབ་སོ་སོ་། སྒྲོན་ ༣༢

ལས་སེ་ཅམ་ཅི་མ་དོགས་པ་ཞེན་གུ་ཅི་གི་ཡི་དོན་དང་མི་རྩལ་

སེ་ཡི་ཤུ་གི་ཉེ་གནས་འདི་སུ་ལུ་གསུངས་ཡི་།

གཙུ་བོ་ཡི་ཤུ་དང་ཁོ་ར་རང་གོངས་བི་གི་ལོ་

གྱུ་གསུངས་ནི་།

འདི་ལས་ཡི་ཤུ་དང་ཉེ་གནས་འདི་སུ་འདི་ཡུལ་འདི་ ༣༣

ཞག་འདི་སྒྲེ་གུ་གི་ཡི་མ་ཤེས་བེ་གུ་ལིལ་གི་ཡུལ་ལས་ཅི་

- ཕྱོན་ཡི་ག་ཅིམ་ཟེར་བ་ཅིན་ཡི་ཤུའོ་ར་གི་ཉེ་གནས་འདི་སུ་  
 ༢༡ ལུ་རྟོན་བི་གི་འགང་བེ་ནི་འདི་གི་ཡིན་། སྒྲི་གི་བྱ་འདི་སྒྲི་  
 འདི་སུ་གི་ལག་པ་ལུ་ཀྲོད་འདི་གི་སེད་འོང་ཡིན་ཅུང་ག་དེ་  
 བེ་ར་བེ་ཅུང་ཁོ་ཞག་ག་སུམ་སྒྲམས་འད་ལུ་འདི་ལོག་ཞིངས་  
 ༢༢ འོང་སེ་ག་སུངས་ཡི་། ཡིན་ཅུང་ཉེ་གནས་འདི་སུ་གི་  
 ཡི་ཤུ་གི་རྟོན་མི་འདི་གི་རྟོན་འདི་སུ་མ་ཤེས་ཡིན་ཅུང་ཉེ་  
 གནས་འདི་སུ་གི་ཡི་ཤུ་ལེ་དྲི་མ་ནུབ་།

སྒྲིམ་ག་ཡིམ་།

- ༢༣ འདི་ལས་ཁོང་ག་ར་ཀ་པར་ན་རྒྱམ་ལུ་སྒྲོད་འདི་ཡི་ཤུ་  
 བྱིམ་ཅིག་གི་ཁང་ཀོ་ན་ལུ་ཕྱོན་འདི་ཉེ་གནས་འདི་སུ་ལས་  
 ༢༤ ཆ་ལམས་ཁ་ལུ་ག་ཅི་གི་ལོ་རྒྱུས་ལག་སེ་གྲི་ཡི་། ཡིན་  
 ཅུང་ཉེ་གནས་འདི་སུ་གི་ཡི་ཤུ་ལེན་སྤལ་མ་རྒྱལ་ག་ཅིམ་  
 ཟེར་བ་ཅིན་ཉེ་གནས་འདི་སུ་ལམས་ཁ་ལུ་ཁོང་རང་ཅིག་གི་  
 ཅིག་ལུ་གྲི་ཡི་ཉེ་གནས་འདི་སུ་གི་སྒྲི་ཁ་ལས་བོམ་ག་ཡིན་  
 ༢༥ ན་སེ་། འདི་ལས་ཡི་ཤུ་གི་ཁོང་ག་ར་ས་ཁ་ལུ་སྒྲོད་བཅུག་  
 འདི་ཡི་ཤུ་ཡི་བཞུགས་འདི་གི་ཉེ་གནས་བཅུ་གཉིས་ལུ་བོ་

ཡོ་ཁ་ལུ་ཉེ་གནས་འདི་སུ་སྟོང་བཅུག་འདི་ཡི་ཤུ་གི་  
 གསུངས་ཡི་ག་ར་བེ་རུང་ཉེ་མ་ལུ་གྱུ་འགོ་རྫོ་མི་འདི་ག་ར་  
 གི་ཤུལ་ལེས་ལུ་འདི་གི་ག་ར་གི་སྤྱོད་ཅེ་ལུང་། འདི་ ༢༩  
 ལེ་ཡི་ཤུ་གི་ཨ་ལུ་རུང་རྒྱ་ཅིག་བོ་འདི་གི་ཉེ་གནས་འདི་སུ་  
 གི་བྱ་ཁ་ལུ་རྟོང་འདི་ཨ་ལུ་འདི་ལུ་ཕམ་བ་དབ་འདི་གི་ཉེ་  
 གནས་འདི་སུ་ལུ་གསུངས་ཡི་། ག་ར་བེ་རུང་ཨ་ལུ་ ༣༠  
 རུང་རྒྱ་འདི་རྩམ་ཅི་ལུ་ངས་གི་མིང་ལུ་དེན་འདི་གི་ལེན་འདི་  
 གི་ལས་ཤོམ་བེ་མི་འདི་ང་ལུ་ལས་ཤོམ་བེ་ལུ་ཨིན་ང་ལུ་  
 ལས་ཤོམ་བེ་མི་འདི་ང་ལུ་བེ་ལུ་མེད་ང་དང་མི་འདི་ལུ་ལས་  
 ཤོམ་བེ་ལུ་ཨིན་སེ་གསུངས་ཡི་།

ང་ཅེ་གི་དགུ་མ་བེ་མི་འདི་ང་ཅེ་གི་འོང་ལེ་ཨིན་།

ཡོ་ད་ནན་གི་ཡི་ཤུ་ལུ་ཁུས་ཡི་སྟོབ་དཔོན་ལགས་ང་ཅེ་ ༣༤  
 གི་མཐོང་ཅི་སྟོ་ཅིག་གི་ཁྱོད་གི་མཆོན་ལུ་མགྲོ་དོན་འདོལ་ང་  
 ཅེ་གི་ཁོ་ལུ་མགྲོ་མ་དོན་སེ་ལབ་རུང་མི་ཉན་བེ་ཁོ་ང་ཅེ་གི་  
 གྲུ་ཁ་ཡི་མི་འོང་བེ་། ཡི་ཤུ་གི་ཡོ་ད་ནན་ལུ་གསུངས་ ༣༥  
 ཡི་སྟོ་འདི་ལུ་མ་ཀག་གི་ཅིམ་ཟེར་བ་ཅིན་སྟོ་ག་ར་བེ་རུང་

- ངས་གི་མིང་ན་ལུ་མགེ་དོན་འདི་དང་བ་ཅིན་འདི་སྒྲི་འདི་གི་  
 ༧༠ རྒྱ་བ་བེང་ལུ་ཁ་ཐོབ་ལབ་མི་ཚུབ་སེ་གསུངས་ཡི་། ག་ར་  
 བེ་རུང་ང་ཅི་གི་མག་མ་བེ་མི་འདི་ང་ཅི་གི་འོང་ལས་ཨིན་  
 ༧༡ སེ་ཡི་ཤུ་གི་གསུངས་ཡི་། འདི་ཁྱོད་གི་སེམས་ཁ་ལུ་  
 ཉག་ག་གི་ར་བེ་རུང་ཆ་མ་གི་བཀའ་ཨིམ་མི་གི་དོན་ལུ་ཆ་  
 ལུ་ཆུ་ཐོབ་གང་ར་ཐུང་ནི་བྱིན་བ་ཅིན་འདི་ལུ་དོན་འད་ར་ཁོ་  
 ལུ་སོས་ར་སྒྲོམ་ཐོབ་སེ་གསུངས་ཡི་།

སྒྲིབ་ན་ལུ་ཚུས་ནི་གི་བར་ཅིན་།

- ༧༢ ག་ར་བེ་རུང་འདི་ཚུང་རྒྱ་འདི་སུ་གི་ན་ན་ལེ་ངས་གི་  
 མིང་ལུ་དེབ་བེ་མི་འདི་སུ་གི་དེབ་འདི་ཉམས་ཚུ་བ་ཅིན་འདི་  
 སྒྲི་འདི་གི་དོན་ལུ་ལས་ཤོམ་ཨིན་ཁོ་གི་སྒྲིང་ལུ་རང་ཐག་  
 དགས་འདི་གི་རྒྱལ་མཚོན་ལུ་ཀོ་བ་ཅིན་ལས་ཤོམ་ཨིན་སེ་  
 ༧༣ གསུངས་ཡི་། གལ་སེ་ཁྱོད་གི་ལག་པ་གི་ཁྱོད་ལུ་མག་  
 ཀོར་བ་ཅིན་དོག་འདི་གི་ཀོ་ཁྱོད་ལུ་ལག་པ་གཉིས་དང་ཉམས་  
 ཅི་སྒྲིར་ཁ་ལུ་ནམ་ཅི་ཡེ་གི་ནི་མི་བེ་གི་མེ་ན་ལུ་མཚུས་བ་  
 ལས་ལག་པ་ཅིག་བེ་ཐོར་ལུ་རྒྱ་ཀྱི་ནི་འདི་དགའ་སེ་གསུངས་

ཡི། འདི་ཁ་གི་འབྲུག་ཡེ་མི་ཤིས་མེ་ཡེ་རྣམ་ཅི་ཡེ་ཤི། ༢༢

ནི་མི་སེ་གསུངས་ཡི། ད་རུ་གལ་སི་ཁྱོད་གི་རྒྱང་པ་གི། ༢༣

ཁྱོད་ལུ་མགུ་ཀོར་བ་ཅིན་དོག་འདི་གི་ཀོ་རྒྱང་པ་གཉིས་དང་

ཉམས་ཅི་སྒྲེར་ཁང་ལུ་ཤི་ནི་མི་བྲི་གི་མེ་ན་ལུ་འཇུས་བ་ལས་

རྒྱང་པ་ཞུ་སྒྲེ་ཐོ་རི་ལུ་རྒྱ་རྒྱ་ནི་འདི་དགའ་སེ་གསུངས་ཡི།

འདི་ཁ་གི་འབྲུག་ཡེ་མི་ཤིས་མེ་ཡང་རྣམ་ཅི་ཡེ་མི་ཤིས་སེ། ༢༤

གསུངས་ཡི། ད་རུ་གལ་སི་ཁྱོད་གི་མིག་འདོ་འདི་གི། ༢༥

ཁྱོད་ལུ་མགུ་ཀོར་བ་ཅིན་དོན་འདི་གི་ཀོ་ཁྱོད་མིག་འདོ་

གཉིས་དང་ཉམས་ཅི་སྒྲེར་ཁང་ལུ་ཤི་ནི་མི་བྲི་གི་མེ་གི་ན་ན་ལུ་

འཇུས་བ་ལས་མི་འདོ་ཡ་ཅིག་མི་བྲ་དཀོན་མཆོག་གི་རྒྱལ་

ཁམས་ལུ་འཇུས་ནི་འདི་དགའ་། འདི་ཁ་གི་འབྲུག་ཡེ། ༢༦

མི་ཤིས་མེ་ཡང་རྣམ་ཅི་ཡེ་ཤི་ནི་མི་སེ་གསུངས་ཡི།

ག་ཅིས་ཟེར་བ་ཅིན་སྒྲེ་རེ་རེ་ལུ་མི་གི་ཆོག་འདི་གི་ཆ་། ༢༧

ཁྱོ་ཟོ་འོང་། ཆ་འདི་ལས་ཤོས་ཨིན་ཡིན་རུང་ཆ་འདི་༡༠

གི་གྲོ་བ་མི་བྲ་ཅིན་ཆ་འདི་གི་གྲོ་བ་གཉི་སྒྲེ་ཟོ་ལུ་ཆ་རང་གི་

ནང་ཀོ་ན་ལུ་ཆ་ཇུས་གི་གྲོ་བ་ཞག་ཅི་སེ་གསུངས་ཡི།

ཡིས་ཐིས་བྱིན་ནི་གི་ལོ་རྒྱུ་ལ་གཙུག་པོ་ཡི་ཤུག་གི་

གསུངས་ཡི།

༡༠ འདི་ལས་ཡི་ཤུ་འདི་ས་འདི་ཀོ་ཞག་འདི་ཡ་རུ་རུ་  
 ཡུལ་གི་ས་མཆམས་ལས་ཅེ་ཡོར་འདེན་གི་པར་ཁ་ལུ་  
 བྱོན་ཡི་འདི་ལས་སྤེ་ལས་ག་ཡི་ཤུ་གི་སྐྱེན་འདུན་ལུ་འཛོམ་  
 འདི་ཡི་ཤུ་གི་འདི་སུ་ལུ་ཅེ་ས་འཇུམ་ཅེ་ར་ཁོང་ལུ་ཆོས་  
 རྟོན་ཡི་།

३      འདི་གི་དུས་ལུ་པ་རུ་གི་པ་འདི་སུ་ཡི་ཤུ་གི་སྐུན་  
མདུན་ལུ་འཛོམ་འདི་ཡི་ཤུ་ལུ་མགུ་ཀོར་འདི་ཟུང་མགོ་ནི་  
འདི་ཡི་ཤུ་ལུ་ཁྱས་ཡི་ང་ཅ་གི་བཀའ་ཁྲིམ་ན་ལུ་ག་དེ་བེ་  
ཨིན་ན་པོ་གི་རང་གི་ཨམ་ཅུ་ལུ་ཡི་ཐིས་བྱིན་འདི་གི་ཀོ་

3 འདི་ཞལ་སྤྱབ་འལ་སེ་གྱི་ཡི་།      འདི་ལས་ཡི་ཤུ་གི་ཡི་  
 ཁོང་ལས་གྱིས་འདི་གི་གསུངས་ཡི་སེ་ཤེས་གི་ཆ་ལུ་བཀའ་

འཁོར་ལོ་ལྟེན་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་ན། རྒྱ་ཡི་མེ་ཤུལ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་ན། རྒྱ་ཡི་མེ་ཤུལ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་ན།

<sup>v</sup> གི་ཨོན་རྒྱལ་གྲིངས་བློན་འདི་གི་ཀོ་ཞམ་སྤྱབ་སེ།      ཡི་བྱ  
གི་སྐྱི་འདི་སྤྱ་ལུ་གསུངས་ཡི་ཅོ་ཤེས་གི་རྩ་གི་སེམས་ལས་



ཤོམ་མི་བྱི་གི་དོན་ལུ་འདི་རྩམ་གི་བཀའ་བྲིམས་འདི་སྟུ་  
 བཀའ་ཡི་། ཡིན་རུང་དང་སྟུ་ལས་དགོན་མཚོག་གི་ ༥  
 བཞེགས་དེན་འདི་བྱོ་ཡི་ཀང་ལས་པོ་དང་མོ་བྱི་བྱོ་ཡི་སེ་  
 ཡི་ཤུ་གི་བཀུངས་ཡི་། འདི་གི་དོན་ལུ་སྟོ་ཅིག་གི་རང་ ༧  
 གི་ཕམ་ཀོ་ཞག་འདི་རང་གི་ཨམ་ཅུ་འད་ཉམས་ཅི་སྟོད་འོང་  
 སེ་བཀུངས་ཡི་། འདི་ལས་ཁོང་བཞིས་བཞེགས་བྱི་སྟོད་ ༨  
 འོང་ཁོང་བཞིས་རང་ས་མམ་བྱི་བཞེགས་ཨིན་སེ་བཀུངས་  
 ཡི་། འདི་གི་དོན་ལུ་དགོན་མཚོག་གི་ཅི་ཁ་ཐུན་འདི་ཞག་ ༩  
 མི་འདི་སྟོ་གི་རང་ས་བྱི་བ་ཅིན་འདི་ལས་ཤོམ་མི་སེ་  
 བཀུངས་ཡི་།

འདི་ལས་ཡི་ཤུ་ལོག་འདི་བྲིམ་ན་ལུ་བྱོན་འདི་ཉེ་བཀས་ ༡༠  
 འདི་སྟུ་གི་འདི་ལོ་གྱུ་འདི་ལོག་འདི་ར་གྱི་ཡི་། ཡི་ཤུ་གི་ ༡༡  
 ཉེ་བཀས་འདི་སྟུ་ལུ་བཀུངས་ཡི་སྟོ་བཀ་ར་བྱི་རུང་རང་གི་  
 ཨམ་ཅུ་འདི་ཀོ་ཞག་འདི་ཨམ་ཅུ་ཞིན་ཅིག་དང་ཉམས་ཅི་  
 སྟོད་བ་ཅིན་འདི་སྟོ་བ་བྱོམ་ཨིན་སེ་བཀུངས་ཡི་། འདི་ ༡༢  
 རྩམ་བྱི་ཨམ་གི་ཡི་རང་གི་པོ་ཀོ་ཀོ་ཞག་འདི་གི་པོ་ཀོ་ཞན་

ཅི་དང་ཉམ་ཅི་སྒོད་བ་ཅིན་འདི་ཡི་སྒྲིབ་བོམ་ཡིན་སེ་ཡི་ཤུ་  
གི་གསུངས་ཡི་།

གཙོ་བོ་ཡི་ཤུ་གི་ཨ་ལུ་རྩུང་རྒྱ་འདི་སུ་ལུ་བྱིན་ལབ་  
གནང་ཡི་།

༧༢ འདི་ལས་སྒྲིབ་ལ་ཡོ་ཅིག་གི་ཨ་ལུ་རྩུང་རྒྱ་འདི་སུ་  
ཡི་ཤུ་གི་སྒྲིབ་མདུན་ལུ་བྱག་འོང་འདི་ཡི་ཤུ་གི་ཕུག་རྒྱང་  
འདི་ཨ་ལུ་འདི་སུ་ལུ་བྱིན་ལབ་གནང་བེ་གི་དོན་ལུ་ཡིན་  
ཡིན་རྩུང་ཉེ་གནས་འདི་སུ་གི་སྒྲིབ་འདི་སུ་ལུ་འཁྱུ་ཞལ་དང་

༧༣ ཡི་། ཡི་ཤུ་གི་འདི་བྱིན་འདི་ཉེ་གནས་འདི་སུ་ལུ་བོམ་བྲི་  
འདི་གི་གསུངས་ཡི་ཨ་ལུ་འདི་སུ་ང་ཡོད་ས་འོང་ཅུག་ཁོང་  
ལུ་མ་ཀལ་ག་ཅིམ་ཟེ་བ་ཅིན་དགོན་མཚོག་གི་རྒྱལ་ཁམས་  
འདི་ཨ་ལུ་འདི་རྩམ་ཅུ་གི་དོན་ལུ་ཡིན་སེ་གསུངས་ཡི་།

༧༤ འདི་སེམས་ཁ་ལུ་ཞལ་ག་ར་བེ་རྩུང་ཨ་ལུ་རྩུང་རྒྱ་འདི་གི་  
སེམས་རྩམ་བེ་མ་བྱུང་བ་ཅིན་འདི་སྒྲིབ་འདི་དགོན་མཚོག་གི་

༧༥ རྒྱལ་སི་ན་ལུ་མཚུས་མི་སུབ་སེ་གསུངས་ཡི་། འདི་ལས་  
ཡི་ཤུ་གི་ཨ་ལུ་འདི་སུ་ཕུག་ལུ་ནམ་འདི་ཨ་ལུ་འདི་སུ་གི་  
མག་ལུ་ཕུག་ཞལ་འདི་བྱིན་ལབ་གནང་ཡི་།

སྒྲིལ་བ་ཅིག་།

- ཡི་ཤུ་ཡུལ་ཅིག་ལུ་བྱོན་བེ་དུས་ལུ་སྒྲིལ་བ་ཡི་ཤུ་གི་ ༡༧
- སྒྲིལ་མདུན་ལུ་འོང་འདི་ཡུག་ཡུལ་འདི་གི་ཞུས་ཡི་སྒྲིལ་  
 དཔོན་ལས་ཤོས་ལ་སངས་རྒྱལ་ཐོབ་བེ་གི་དོན་ལུ་ང་ག་ཅི་ཐེ་  
 དགོ་འག་སེ་ཡི་ཤུ་ལས་གི་ཡི་། ཡི་ཤུ་གི་ཁོ་ལུ་གསུངས་ ༡༨
- ཡི་ཁྱེད་གི་ང་ལུ་ལས་ཤོས་ག་ཅི་སྒྲིལ་ལབ་དགོན་མཆོག་ཅམ་  
 ཅི་ལས་ཤོས་ཡིན་ཁོ་མ་དོག་ཅ་ཞུ་ག་ཡི་ལས་ཤོས་མི་སེ་  
 གསུངས་ཡི་། ཁྱེད་གི་བཀའ་བྲིས་འདི་ཤོས་འབ་འོང་ ༡༩
- སྒྲིལ་མ་སེས་རོ་གི་ཡམས་ཅུ་ཡམ་འུ་མ་རྒྱ་ཤོབ་མ་ཅབ་སྒྲིལ་ཞུ་  
 གི་མག་མ་རྒྱེད་རང་གི་ཕ་དང་མ་ལུ་ལས་ཤོས་སྒྲིལ་སེ་  
 གསུངས་ཡི་། སྒྲིལ་དཔོན་ལགས་སེ་སྒྲིལ་འདི་གི་ཞུས་ཡི་ ༢༠
- འདི་བཀའ་བྲིས་སེ་འདི་སྤང་ཅུང་རྒྱ་གི་འགྲང་ལས་ར་སྤང་  
 ཡི་། ཡི་ཤུ་གི་སྒྲིལ་འདི་ལུ་འདི་ཆེ་འདི་གཟིགས་འདི་གི་ ༢༡
- གསུངས་ཡི་ཁྱེད་ལུ་ཁ་ཆེ་འུ་ཅིག་འདུག་སེ་ད་སོང་འདི་  
 ཁྱེད་ན་ལུ་ག་ཡོད་མི་འདི་ཅོངས་འདི་གི་འདི་གི་ཕེ་ག་འདི་  
 སྤང་དུལ་པོ་འདི་སྤང་ལུ་བྱོན་སེ་གསུངས་ཡི་འདི་ལས་ཁྱེད་

- ལུ་ནམ་ཁ་ལུ་ནོར་སྒྲོམ་ཐོབ་སེ་འདི་ལས་ཁྱོད་ར་ངས་གི་  
 ༢༢ ལྷལ་ལས་ཤོག་སེ་གསུངས་ཡི་། སྒྲི་འདི་གི་འདི་གོ་  
 འདི་སེམས་ལས་ག་རྒྱུ་ཡི་སེམས་རྒྱུ་འདི་ཡོག་འདི་གི་  
 ཡ་སེ་ཡི་ག་ཅིམ་ཟེར་བ་ཅིན་སྒྲི་འདི་ན་མེ་ས་མེ་གི་ལྷལ་ཅི་  
 ཡིན་།
- ༢༣ འདི་ལས་ཡི་ལྷལ་གི་ཉེ་གནས་འདི་སུ་ལུ་གཟིགས་འདི་  
 གི་གསུངས་ཡི་སྒྲི་ལྷལ་འདི་སུ་དགོན་མཆོག་གི་རྒྱལ་  
 ཁམས་ལུ་མཚུས་སུ་བ་ལུ་ལ་ཁ་ཡོད་སེ་གསུངས་ཡི་།
- ༢༤ ཉེ་གནས་འདི་སུ་གི་འདི་གོ་འདི་ཁོང་གི་སེམས་ལས་ག་རྒྱུ་  
 ཡི་ད་ཅུ་ཡི་ལྷལ་གི་ཁོང་ལུ་གསུངས་ཡི་ངས་གི་ལྷལ་པའི་ཉེ་  
 གནས་དགོན་མཆོག་གི་རྒྱལ་ཁམས་ན་ལུ་མཚུས་ཡི་དོན་ལུ་
- ༢༥ གཏེམ་ལ་ཁགས་མོ་། རྣམ་མེ་ས་མེ་ལ་ཁ་ཡིན་སྒྲི་ལྷལ་  
 དགོན་མཆོག་གི་རྒྱལ་སེ་ལུ་མཚུས་བ་ལས་གྲུམ་འགའ་  
 གཟིག་ཁབ་གི་དོང་ལུ་ན་ལས་འཚུས་ལུ་འཇམ་བེ་སེ་
- ༢༦ གསུངས་ཡི་། འདི་གོ་འདི་ཉེ་གནས་འདི་སུ་ན་མེ་ས་  
 མེ་རྣམ་དོ་ལངས་འདི་ཅིག་གི་ཅིག་ལུ་གི་ཡི་འདི་བེ་སྒྲི་བ་

ཅིན་ག་གི་སངས་རྒྱལ་འདི་ཐོབ་མོ་སེ། འདི་ལས་ཡི་ཤུ་ ༢༧  
 གི་ཉེ་གནས་འདི་སུ་ལུ་གཞིགས་འདི་གི་གསུངས་ཡི་སྒྲི་  
 གི་འདི་བེ་མི་སུབ་དགོན་མཚོག་གི་ག་ར་བེ་སུབ་སེ་  
 གསུངས་ཡི།

འདི་ལས་བེ་དྲོ་གི་ཡི་ཤུ་ལུ་ཞུས་ཡི་གཞིགས་ཅིག་ང་ ༢༨  
 ཅེ་གི་ག་ར་རྟོ་ཞག་འདི་ཁྱོད་གི་ཤུལ་ལས་འོང་ཡི་སེ་ཞུས་  
 ཡི། ཡི་ཤུ་གི་གསུངས་ཡི་ང་ཁྱོད་ལུ་དོན་འདྲ་ར་བེ་ལབ་ ༢༩  
 འདོ་སྒྲི་ག་ར་སྒྲེ་རུང་ང་དང་ངས་གི་བཀའ་འདི་གི་དོན་ལུ་  
 རང་གི་བྱིས་དང་སྒྱུན་དང་སིང་མོ་དང་ཨ་པ་དང་ཨ་མ་དང་  
 ཨ་ལུ་དང་ཞིང་ཁ་འདི་སུ་དང་སྤང་མི་འདི་སུ། ཆོ་ཤུལ་ ༣༠  
 ལས་བྱིས་དང་སྒྱུན་དང་སིང་མོ་དང་ཨ་ལུ་དང་ཞིང་ཁ་བརྒྱ་  
 འབྱུར་བེ་སྒྲོམ་སྒྲེ་ཐོབ་ད་རུང་ཆོ་ཤུལ་ལས་སངས་རྒྱལ་སུ་  
 རྟོན་སེ་གསུངས་ཡི། ཡིན་རུང་ག་ག་ཉེ་མ་བེ་མི་འདི་ ༣༡  
 སུ་ཤུལ་ལས་བྱུང་འོང་ཤུལ་ལས་བེ་མི་འདི་སུ་ཉེ་མ་ལུ་བྱུང་  
 འོང་།

གཙུག་པོ་ཡི་ཤུ་ཆར་གསུམ་པ་ཁོ་ར་རང་གྲོང་ནི་གི་ལོ་

གྲུས་གསུངས་ཡི་།

༢༢ ད་ཁོང་ཡི་རུ་ཤ་ལེམ་གི་ལམས་ཁ་ལུ་ཨིན་ཡི་རུ་ཤ་  
ལེམ་ལུ་བྱོན་བེ་རུས་ལུ་ཡི་ཤུ་ཉི་གནས་འདི་སུ་གི་ཉི་མ་ལུ་  
བྱོན་འདི་ཉི་གནས་འདི་སུ་ག་ར་ཉ་ལས་འདི་དེ་ཡི་ཤུ་གི་  
ཤུལ་ལས་འོང་མི་ཅུ་ག་ར་མགོ་ཅི་ད་རུ་ཆར་ཅི་ཡི་ཤུ་གི་  
ཉི་གནས་བཅུ་བ་གཉིས་བྱ་རྒྱར་ཁ་ཁིག་འདི་ཡི་ཤུ་ཁོ་ར་ལུ་  
ག་ཅི་བྱང་ནི་ན་འདི་ག་ར་ཉི་གནས་འདི་སུ་ལུ་ཤེགས་ཅི་།

༢༣ ཡི་ཤུ་གི་གསུངས་ཡི་ལྟ་ཅིག་ང་ཅེ་ཡི་རུ་ཤ་ལེམ་ལུ་གྲུ་འདོ་  
སྒྲི་གི་བྱ་འདི་བརྒྱང་འདི་སྒྲུམ་སྒྲུམ་འདི་སུ་གི་ལག་པ་ལུ་  
གྲོས་འོང་ཁོང་གི་ང་ལུ་ནུ་ཅིག་འདི་རྒྱོང་བེ་དོན་ལུ་བཀའ་  
གནང་འདི་འདི་ལས་སྒྲི་ཕྱི་པ་འདི་སུ་གི་ལག་པ་ལུ་གྲོས་

༢༤ འོང་། འདི་ལས་ཕྱི་པ་འདི་སུ་གི་ང་ལུ་མེ་མེད་ཅོས་འདི་  
མཆོལ་མ་དོར་འདི་ང་ལུ་གསུང་འོང་འདི་ལས་ཞག་གསུམ་  
ལས་འདི་ལུ་འདི་ལོག་ཞིངས་འོང་མི་གསུངས་ཡི་།

ཡ་ཀོབ་དང་ཡོ་ཏ་ནན་གི་ཁྱུས་བ་།

འདི་ལས་ཟེ་བར་ཡ་གི་བྱ་ཡ་ཀོབ་དང་ཡོ་ཏ་ནན་ ༣༣

གཉིས་ཡི་ཤུ་གི་སྐྱུན་མདུན་ལུ་འོང་འདི་གི་ཁྱུས་ཡི་སྒྲོབ་

དཔོན་ལ་ང་ཅ་གི་ཁྱོད་ལས་ག་ཅིས་ཁྱུས་མི་འདི་ང་ཅ་ལུ་

བཀའ་འབྲིན་ཀྱང་གནང་སེ་ཁྱུས་ཡི་། ཡི་ཤུ་གི་གསུངས་ ༣༤

ཡི་ང་གི་ཁྱོད་གི་དོན་ལུ་ག་ཅི་ཐེ་དགོབ་མོ་སེ་ཉེ་གནས་འདི་

སུ་ལས་གི་ཡི་། ཉེ་གནས་འདི་སུ་གི་ཁྱུས་ཡི་ཁྱོད་རང་ ༣༥

གི་གྲུལ་ཁམས་ལུ་བཞུགས་བྱི་དུས་ལུ་ང་ཅ་ག་ཅིག་ཁྱོད་གི་

གཡས་ལས་དང་གཅིག་ཁྱོད་གི་ཡོན་ལུ་སྒྲོད་གཅུག་སེ་ཁྱུས་

ཡི་། ཡི་ཤུ་གི་གསུངས་ཡི་ཆ་གི་ཁྱུས་མི་འདི་ཆ་གཉིས་གི་ ༣༦

མི་ཤེས་ང་གི་འཕྱང་མགོ་མི་ཐོབ་འདི་ལས་ཁྱོད་གི་འཕྱང་

རྒྱབ་ག་ང་གི་ལེན་མགོ་མི་གི་བྱས་གསོལ་འདི་ཁྱོད་གི་ལེན་

རྒྱབ་ག་སེ་གསུངས་ཡི་། ཁོང་གཉིས་གི་ཁྱུས་ཡི་སྒྲེ་རྒྱབ་ ༣༧

སེ་ཡི་ཤུ་གི་གསུངས་ཡི་ང་གི་མཐུང་མི་ཐོབ་འདི་ལས་ཆ་

གཉིས་གི་མཐུང་རྒྱབ་འོང་ང་གི་ལེན་མི་གི་བྱས་གསོལ་འདི་

ཡི་ཁྱོད་གཉིས་གི་ལེན་རྒྱབ་འོང་། ཡོན་རུང་ངས་གི་ ༣༨

གཡལ་པ་ལེས་དང་གཡོན་ལུ་སྒྲོད་ཅུག་ནི་གི་དབང་ང་ལུ་མི་  
འདི་ག་གི་དོན་ལུ་དཀོན་མཆོག་ཟེ་ཟེ་ལུ་ཡིན་ན་འདི་ལུ་  
དཀོན་མཆོག་གི་གནང་འོང་།

༨༡ ཉི་གནས་ཞན་འདི་སུ་གི་འདི་གོ་འདི་ཡ་ཀོབ་དང་

༨༢ ཡོ་ད་ནན་གཉིས་ལུ་ཅི་བ་ཟེ་ཡི་། ཡི་ཤུ་གི་ཉི་གནས་འདི་  
སུ་ག་ར་ཁོ་ར་གི་སྐྱུ་མདུན་ལུ་བོ་འདི་གི་གསུངས་ཡི་ཕྱི་  
པ་འདི་སུ་གི་སྐྱུ་ཁ་ལུ་རང་གི་དོན་ལུ་དཔོན་ཅག་འདི་གི་

༨༣ དཔོན་འདི་སུ་གི་སྐྱུ་འདི་སུ་ལུ་དབང་སྤྲེལ་ཡིན་། ཡིན་  
རུང་ཆ་གི་སྐྱུ་ཁ་ལུ་འདི་ཚུམ་བེ་མ་བེ་ཆ་གི་སྐྱུ་ཁ་ལུ་ག་ག་  
སྒྲོམ་མགོ་རྣམས་འདི་ག་ར་གི་སྐྱུ་རིག་བེ་སེ་གསུངས་ཡི་།

༨༤ ཆ་གི་སྐྱུ་ཁ་ལུ་ག་ག་ཉེ་མ་ལུ་མཐོན་མགོ་རྣམས་འདི་འདི་ག་

༨༥ ຣ་གི་སྐྱུ་རིག་བེ་སེ་གསུངས་ཡི་། ག་ཅིམ་ཟེ་བ་ཅིན་སྐྱུ་  
གི་བུ་ཡི་སྐྱུ་ཞན་གི་ཁོ་གི་ཡོ་སྤྲེལ་འི་དོན་ལུ་མེ་ཁོ་ར་རང་གི་སྐྱུ་  
ཞན་གི་སྐྱུ་རིག་བེ་སྤྲེལ་འི་དོན་ལུ་དང་སྐྱུ་ལས་ཤ་གི་སངས་རྒྱུ་བ་  
གི་དོན་ལུ་ཁོ་ར་རང་གི་སྤྲེལ་སྐྱུ་པ་བ་བྱོན་ཡི་སེ་གསུངས་  
ཡི་།



མི་དོ་ཞུ་བར་དེ་མ་གི་མི་དོ་ཐོམ་ཟེ་ཡི།

འདི་ལས་ཁོང་ག་ར་ཡ་རི་ཀོ་ལུ་བྱོན་འདི་ཡི་ཤུ་ཁོར་ ༧༩

གི་ཉི་གནས་འདི་སུ་དང་སྒྲི་ལས་ཤ་དང་ཉམས་ཅི་བྱོན་བེ་གི་  
དུས་ལུ་ལམ་ཁ་ལུ་དེ་མ་གི་བུ་བར་དེ་མ་ཟེར་མི་འདི་གསོད་  
ཉིས་ན་འོང་ནོ་འདི་ལས་ཁ་ལུ་སྒྲིད་སྒྲིག། ཡི་ཤུ་ན་ཅ་ ༨༠

རེད་པ་བྱོན་བེ་གི་ལོ་གུས་འདི་གོ་འདི་སྐད་སྒྲིམ་བེ་རྒྱབ་  
འདི་གི་ཉམས་ཡི་བྱོ་འོ་ཡི་ཤུ་ད་བེད་གི་ཉན་ཆན་ང་ལུ་བུགས་  
ཟེ་གཟིགས་སེ་ཉམས་ཡི། སྒྲི་ལས་ཤ་གི་སྒྲི་འདི་ལུ་ཁ་ ༨༡

ཅུམ་སེ་ལབ་རུང་ཁོ་གི་སྐད་བོམ་རྒྱབ་འདི་གི་ང་ལུ་བུགས་  
ཟེ་གཟིགས་ནང་སེ་ཉམས་ཡི། འདི་ལས་ཡི་ཤུ་བཞུགས་ ༨༢

འདི་གི་གསུངས་ཡི་ཁོ་ལུ་བོ་སེ་འདི་ལས་སྒྲི་འདི་སུ་གི་སྒྲི་  
འདི་ལུ་བོ་ཅིག་འདི་ལས་སྒྲི་འདི་ལུ་ལབ་ཅི་སེམས་དགའ་  
སེ་ད་ལོངས་ཡི་ཤུ་གི་བྱོད་ལུ་བོ་འདི། སྒྲི་མི་དོ་ཞུ་ ༨༣

འདི་ཁོར་རང་གི་གོ་ལ་སྐད་ཀོ་ཞགས་འདི་ཆངས་ཆེ་དེན་  
ལོངས་འདི་ཡི་ཤུ་གི་སྐྱན་མདུན་ལུ་འོང་ཡི། ཡི་ཤུ་གི་ ༨༤

སྒྲི་འདི་ལས་ང་གི་བྱོད་གི་དོན་ལུ་ག་ཅི་བེ་མགོབ་མོ་སེ་

གསུངས་ཡི་སྒྲིལ་མི་འདྲོ་ཞུ་འདྲི་གི་ཡི་ཤུ་ལུ་ཞུས་ཡི་སྒྲིབ་  
 དཔོན་ལགས་ངས་གི་མི་འདྲོ་འདྲི་མཐོང་ནི་ཡོང་འཆི་བཀའ་  
 ༡༩ གྲིན་ཅང་གནང་སེ་ཞུས་ཡི་། ཡི་ཤུ་གི་ཁོ་ལུ་གསུངས་  
 ཡི་ཁྱོད་རང་གི་དེབ་གི་གྲག་བྱི་དེ་ཡོངས་འདྲི་སོང་འདྲི་ལས་  
 སྒྲིལ་འདྲི་གི་མིག་དོ་ཁ་ཕྱིས་འདྲི་གི་མི་དོ་ལས་ཤོམ་བྱུང་འདྲི་  
 ཡི་ཤུ་གི་ཤུལ་ལས་སོང་ཡི་།

གཙུག་པོ་ཡི་ཤུ་བོང་གྲག་གི་མགྲུ་ལུ་ཞོན་འདྲི་གི་  
 ཡི་རུ་ཤུ་ལེམ་ལུ་བྱོན་ནི་།

༡༡ འདྲི་ལས་ཁོང་ག་ར་ཡི་རུ་ཤུ་ལེམ་གི་བོ་ལོ་ཁ་ལུལ་  
 བེད་པ་ག་དང་བེ་བེན་ཡ་ལུ་བྱོན་འདྲི་ཁ་སྒྱུར་བྱི་རི་གི་  
 གང་ལུ་ལྟོད་འདྲི་ཡི་ཤུ་གི་ཁོ་ར་གི་ཉེ་གནས་གཉིས་ཉེ་མ་ལུ་  
 ༢ བཏང་འདྲི་གི་དི་སུ་ལུ་གསུངས་ཡི་། ཆ་གི་མདོང་ཁ་གི་  
 ལུལ་ལུ་རྒྱ་འདྲི་འདྲི་ཁ་ལུ་ལྟོབ་འདྲི་ལུ་སྒྲིལ་ག་གི་ཡི་ནམ་ཅི་  
 ཡི་མ་ཞོན་བྱི་གི་བོང་ཀྱ་གི་ཕུ་ཀྱ་ཅིག་བཏགས་འདྲི་གི་ཞ་  
 ཞབ་ཅིག་དང་ཕྱེ་འོང་འདྲི་ཆ་གི་ཁོས་འདྲི་གི་ན་ལུ་ཁིག་འདྲི་  
 ༣ གི་ཤོག་སེ་སེ་གསུངས་ཡི་། གི་སེ་སྒྲིལ་གི་ཆ་ལུ་ག་ཅི་བེ་

འདི་གི་ཁོས་ལུ་མོ་སེ་ལབ་བ་ཅིན་ཁོང་ལུ་ལབ་སྒྲིབ་དཔོན་  
 ལུ་དགོ་བེ་སེ་ལབ་ འདི་ལས་ཁོང་གི་ འདི་སྒྲིབ་ ལས་ན་ ལུ་  
 གནང་འོང་སེ་གསུངས་ཡི་ ། འདི་ལས་ཉེ་གནས་གཉིས་ ་  
 ཀྱུ་ཀྱུ་འདི་གི་ལས་ ཁ་ལུ་བྱིས་ཅིག་གི་སྒྲོ་ ཁ་ ལུ་ བོང་ཀྱུ་གི་  
 ལུ་ཀྱུ་ཀྱུ་ཅིག་བདགས་ འདི་བཞུགས་ཅིག་མཐོང་འདི་གི་ཁོས་  
 ཡི་ ། འདི་ ཁ་སྒྲོད་མི་སྒྲི་འདི་སུ་གི་སུ་ ཁ་ ལས་ཁོང་ ་  
 གཉིས་ལུ་ག་ཅི་བེ་འདི་བོང་གུ་གི་སུ་ཀྱུ་ཀྱུ་འདི་ཁོས་ལུ་མོ་སེ་  
 ལབ་ཅི་ ། ཉེ་གནས་འདི་སུ་གི་ཡི་ཤུ་གི་བཀའ་གནང་འདོ་ ་  
 ལུ་ལུ་བེ་ར་ལབ་ཅི་འདི་ལས་སྒྲི་འདི་སུ་གི་བོང་གུ་འདི་  
 གནང་ཡི་ ། བོང་ཀྱུ་གི་སུ་ཀྱུ་ཀྱུ་འདི་ཡི་ཤུ་གི་སྒྲོན་མདུན་ ་  
 ལུ་ཁོས་འོང་འདི་ཉེ་གནས་ འདི་སུ་གི་གོ་ལ་བོང་ཀྱུ་ འདི་གི་  
 མག་ལུ་ཀའ་འདི་འདི་ལས་ཡི་ཤུ་བོང་ཀྱུ་གི་སུ་ཀྱུ་ཀྱུ་འདི་གི་  
 མག་ལུ་ཞོན་འདི་བྱོན་ཡི་ ། དུས་འདི་ལུ་སྒྲི་ལས་ཤེ་ཁོང་ ་  
 ར་རང་གི་གོ་ལ་ལས་ཁ་ལུ་བདོང་འདི་གི་ཞག་ཅིག་ ། འདི་ ་  
 ལས་ཡི་ཤུ་གི་ཉེ་མ་འཛེ་མི་སྒྲི་འདི་སུ་དང་ཤུ་ལས་འོང་  
 མི་སྒྲི་འདི་སུ་དང་ག་ར་གི་ཉེ་ཤན་ན་སེ་དགོན་མཚོག་གི་  
 མཚན་ལུ་སྒྲི་སྒྲི་སྒྲི་འདི་གི་གཙུག་བོ་གི་མཚན་ལུ་བྱོན་མི་

༥

༦

༧

༨

༩

༡༠

༡༠ འདི་ལུ་བཀྲ་ཤིས་ཤོག་སེ་བཞུས་ཡི་། ང་ཅ་གི་ད་བིད་  
གི་རྒྱལ་སྤྱི་ད་ན་ལུ་བྱོན་མི་འདི་ལུ་བཀྲ་ཤིས་པ་ཨིན་སྟང་གི་  
ནམ་ཁ་ལུ་ཡོད་མི་གི་དཀོན་མཆོག་ལུ་བུགས་ཇེ་ཆེ་སེ་ཞུས་  
ཡི་།

༡༡ འདི་ལས་ཡི་ཤུ་ཡེ་རུ་ཤ་ལམ་གི་མཆོས་ཁང་ན་ལུ་  
བྱོན་འདི་གི་གར་ལུ་ལས་ཤོས་ཅེ་གཟིགས་འདི་གི་ཕྱིན་གྱུ་  
ལུ་ཅེ་ནི་འདི་གི་ཉེ་གནས་འདི་སྤྱད་ང་མཉམ་ཅི་ཅེ་ཐེན་ཡེ་ལུ་  
བྱོན་ཡི་།

དབ་ཆོ་ཤིང་ལུ་མམ་འདབ་ནི་།

༡༢ འདི་གི་ན་བ་ལུ་ཡི་ཤུ་ཅེ་ཐེན་ཡེ་ལས་བྱོན་ཅི་གི་དུས་

༡༣ ལུ་ཡི་ཤུ་ལུ་ཉོ་ལུ་ཀྱིས་འདི་། ཐུག་རིངས་ས་ལས་སེ་  
ཡབ་གི་ཤིང་གི་འདྲ་མ་འོ་སི་སི་ཅེ་མི་ཅིག་གཟིགས་འདི་  
གི་ཤིང་འདི་ལུ་འདྲོ་མི་ཅིག་འོང་ན་འདི་གི་ཤིང་འདི་གི་ཅ་  
བ་ལུ་བྱོན་ཡི་འདྲ་མ་ཅམ་ཅི་མ་གཏོག་བ་གཞན་ག་ཅི་ཡེ་མ་  
གཟིགས་ག་ཅི་མ་ཟེར་བ་ཅིན་སེ་ཡབ་ཤིང་གི་འདྲོ་མ་གཏོག་  
ཅི་གི་དུས་མམ་ཅེ་། ཡི་ཤུ་གི་སེ་ཡབ་གི་ཤིང་འདི་ལུ་

གསུངས་ཡི་ད་འདི་ལས་པར་སྒྲིག་གི་ཡས་བྱོར་གི་འདོམ་  
ནམ་ཅི་ཡེ་ཟ་ནི་ཐོ་མ་ཅུག་སེ་འདི་གསུངས་འདོ་བྱ་ཉེ་གནས་  
འདི་སྤྱི་གི་གོ་ཡི་།

མཆོས་ཁང་ཅང་དོག་དོ་ཟེ་ནི་།

འདི་ལས་ཁོང་ཡེ་རུ་ཤ་ལམ་ལུ་སྒྲོད་འདི་ཡི་བྱ་ ༡༥  
མཆོས་ཁང་གི་ནང་ན་ལུ་བྱོན་འདི་མཆོས་ཁང་གི་ནང་ན་ལུ་  
ཡོད་སེ་གི་ཆོས་འད་ཉེ་སེ་ག་ར་མཆོས་ཁང་ལས་ཕྱི་ལོག་  
ལུ་བཏོན་འདི་དངུལ་སོ་སེ་གི་སྒྲིན་ཐེག་དང་སྤྱོད་སེ་ཅང་སེ་  
གི་སྤྱོད་སེ་འདི་སྤྱི་ཡེ་བདེ་བ་ཅི་། སྒྲིག་ལུ་ཡེ་མཆོས་ཁང་ ༡༦  
གི་ནང་ན་ལས་ག་ཅི་ཡེ་ཐོག་མ་དེ་། དུས་འདི་ལུ་ཡི་བྱ་ ༡༧  
གི་སྒྲིག་འདི་སྤྱི་ལུ་གསུངས་ཡི་ངས་གི་བྱིས་འདི་སྒྲིག་ག་ར་གི་  
སྒྲིན་ལམས་དབས་སེ་གི་བྱིས་ཡིན་སེ་བཀའ་ན་ལུ་གི་འདི་  
གི་ཡོད་སེ་ཡིན་རུང་བྱོར་གི་འདི་བཀའ་འདི་སྤྱི་བ་ཞུག་འདི་  
ཡེ་བྱ་གི་ཆང་བེ་ཟེ་བྱ་སེ་སེ་གསུངས་ཡི་།

མཆོས་ལུ་མཁམས་སེ་སྒྲིག་འདི་སྤྱི་དང་བླམ་སྒྲིག་འདི་སྤྱི་ ༡༨  
གི་འདི་གོ་འདི་ཡི་བྱ་ལུ་ག་དེ་བེ་སེ་སྤྱི་བ་ག་འདི་གི་ཉེས་

ཐབས་མཆོལ་ཡི་ག་ཅིས་ཟེར་བ་ཅིན་ཁོང་ག་ར་ཡི་ཤུ་ལུ་  
མགོ་འདི་ག་ཅིས་ཟེར་བ་ཅིན་སྒྲི་ག་ར་ཡི་ཤུ་གི་བཟུན་མི་  
མཆོས་འདི་ལུ་ཉ་ལས་འདི་འདི་གི་ཉན་བེ་གི་དོན་ལུ་ཨིན་།

༡༩ འདི་ལས་ཕྱིན་གུ་ལུ་ཡི་ཤུ་དང་ཉེ་གནས་འདི་སུ་ཡུལ་  
ལས་ཕྱི་ལོག་ལུ་བྱོན་ཡི་།

དབ་གོ་ཤིང་སྐམ་ལེ་དབེ་ལྟ་བ་ནི་།

༢༠ འདི་ལས་དྲོ་བ་ད་ཅུ་པ་ལུ་བྱོན་འདི་སེ་ཡབ་གི་ཤིང་།

༢༡ འདི་ར་དྲོ་ལས་ར་སྐམ་སོ་སོབ་མཐོང་ཅི་། དེ་དྲོ་གི་

སེམས་ཁ་ལུ་མཆོ་འདི་གི་ཡི་ཤུ་ལུ་ཉུས་ཡི་སྒྲོབ་དཔོན་

ལགས་གཟིགས་ཅིག་ཁྱོད་གི་སེམ་དབ་མི་གི་སེ་ཡབ་གི་

༢༢ ཤིང་འདི་སྐམ་སོ་འདུག་། ཡི་ཤུ་གི་ཁོང་ལུ་གསུངས་

ཡི་འདི་སེམས་ཁ་ལུ་ཞག་ཁྱོད་དགོན་མཆོག་ལུ་དེབ་ཡོད་བེ་

༢༣ ཅིན་། ཁྱོད་གི་འདི་རི་འདི་ལུ་ཡེ་ལབ་བེ་ཅིན་ན་ལས་བོག་

འདི་གི་མཆོན་ལུ་འཇུས་སེ་ལབ་བེ་ཅིན་ཁྱོད་གི་ལབ་

འདོལ་འཇུས་བེ་ར་བྱང་ཁོང་དེབ་བེ་སེམས་ཁ་ལུ་ཐེ་ཆོས་

༢༤ མི་བེ་དེབ་བེ་བེ་ཅིན་ག་ར་བྱང་སུབ་སེ་གསུངས་ཡི་། འདི་

གི་དོན་ལུ་ང་གི་ཆ་ལུ་ལབ་འདོ་ཆ་གི་སྒྲིན་ལམ་ན་ག་ཅི་ར་  
 ཉུས་རུང་འདི་ང་ལུ་ཐོབ་ཆེ་འི་ཚེ་འདི་གི་དཔ་བེ་བ་ཅིན་  
 ག་ར་ཐོབ་འོང་སེ་གསུངས་ཡི་། ད་ཅུ་བྱོད་ག་ར་ཡོང་ 34

འདི་སྒྲིན་ལམ་དབས་བེ་དུས་ལུ་སྒྲི་གཞན་ཅིག་དང་ཉམས་ཅི་  
 མ་ཐུན་བ་ཡོད་བ་ཅིན་ཉེ་མ་ལུ་སྒྲི་འདི་དང་ཉམས་ཆམས་  
 ཏིག་ཏི་ཟེ་སྒྲི་འདི་ལུ་ཐོ་ཤ་བྱིན་འདི་ལས་བྱོད་ལུ་ཡེ་བྱོད་  
 གི་ཡབ་ནམ་མཁའ་ལུ་བཞུགས་མི་འདི་གི་ཡེ་བྱོད་ལུ་ཐོ་ཤ་  
 གནང་འོང་། བྱོད་གི་སྒྲི་གཞན་ལུ་ཐོ་ཤ་མ་བྱིན་བ་ཅིན་བྱོད་ 35  
 གི་ཡབ་ནམ་མཁའ་ལུ་བཞུགས་མི་འདི་གི་ཡེ་བྱོད་ལུ་ཐོ་ཤ་  
 མི་གནང་སེ་གསུངས་ཡི་།

གཅི་བོ་ཡི་ཤུ་གི་དབང་གི་ལོ་གྲུ་ལེ་གྲི་བ་།

ཡི་ཤུ་ཡེ་རུ་ཤ་ལམ་ལུ་བྱོན་འདི་ཡེ་རུ་ཤ་ལམ་གི་ 36  
 མཆོས་ཁང་གི་ནང་ཀོ་ན་ལུ་བྱོན་འདི་ལྷམ་སྒྲིམ་འདི་སྐྱ་དང་  
 མཆོས་ལུ་མཁའ་མི་གི་སྒྲི་དང་གཞན་བདེབས་ནམས་ཡི་ཤུ་གི་  
 སྐྱ་མདུན་ལུ་འོང་འདི་གི་བཞུགས་ཅི་། འདི་སྐྱ་གི་ཡི་ཤུ་ 37  
 ལེ་ཉུས་ཡི་བྱོད་གི་འདི་ལྷམ་གི་ལྷ་འདི་སྐྱ་ག་གི་དབང་གི་

- གོ་ལས་མཛད་མཛེབ་མོ་འདི་རྩམ་གི་ལྟ་ལྟོན་ནི་གི་དབང་ག་  
 ༢༧ གི་གནང་ནམ་མོ་སེ་གི་ཡི་། འདི་གི་ལེན་ཡི་ཤུ་གི་སྒྲི་འདི་  
 སུ་འདི་རྩམ་བེ་གནང་ཡི་ང་གི་ཡི་ཁྱད་ལེ་དྲི་བ་ཅིག་དྲི་  
 འཛི་འདི་གི་ལེན་གནང་འདི་ལེ་ང་གི་ཡི་ག་གི་དབང་གི་ཚོ་  
 ལེ་བེ་འདི་བེ་སྒྲུ་ཨིན་ན་ཁྱད་ལུ་ལབ་འོང་སེ་ཡི་ཤུ་གི་སྒྲི་  
 ༢༩ འདི་སུ་ལུ་གསུངས་ཡི་། ང་ལུ་གསུངས་གནང་ཡོ་ན་ནན་  
 རྩ་ན་ལུ་རྩས་འདི་གི་བྱས་སོལ་གནང་མི་འདི་དགོན་མཚོག་  
 ལེ་ཨིན་ན་སྒྲི་ལས་ཨིན་ན་ང་ལུ་གསུངས་གནང་སེ་གསུངས་  
 ༣༡ ཡི་། འདི་ལེ་ཁོང་རང་གི་སྒྲུ་ཁ་ལུ་ཁ་ལབ་ཅི་དང་ཅི་གི་  
 ག་ཅི་ལབ་ནི་ན་ང་ཅི་གི་དགོན་མཚོག་ལེ་ཨིམ་མེ་སེ་ལབ་བེ་  
 ༣༣ ཅིན་ག་ཅི་གི་དོན་ལུ་དེབ་མ་བེའུ་སེ་གསུངས་འོང་སེ་། སྒྲི་  
 འདི་སུ་ལེ་ཨིམ་མེ་སེ་ལབ་བེ་ཅིན་ཁོང་སྒྲི་འདི་སུ་ལུ་འདི་  
 གི་འགྲོ་བེ་ག་ཅིམ་ཟེར་བ་ཅིན་སྒྲི་ག་ར་གི་ཡོ་ན་ནན་བདེན་  
 བེ་གི་ལུང་ཤེགས་མི་གི་སྒྲི་ཅི་ཨིམ་མེ་སེ་དེབ་བེའུ་མེ་སེ་  
 ༣༥ གསུངས་འོང་སེ་ལབ་ཅི་། འདི་གི་དོན་ལུ་ལེན་སྒྲུལ་མ་  
 མཚུབ་བེ་ཡི་ཤུ་ལུ་བྱས་ཡི་མི་ཤེས་སེ་འདི་ལེ་ཡི་ཤུ་གི་ཡི་



སྤྲི་འདི་སྤྲི་ལྷ་བཀུངས་ཡི་འདི་ལས་ང་ཡེ་ག་གི་དབང་གི་  
གོ་ལས་བྲེ་ལའ་འདི་སྤྲི་བེའུ་ཡིན་ན་ཆ་ལྷ་མི་ལབ་སེ།

གྲུན་གྲུམ་གི་ཞིང་གི་བདབ་དང་གྲུན་གྲུམ་རྩ་མི་  
འདི་སྤྲི་ལེ་དཔེ།

12 འདི་ལེ་ཡི་ཤུག་དཔེ་གི་སྤྲི་ལེ་བྲེ་སྤྲི་འདི་སྤྲི་ལྷ་  
མཆོས་བསྟན་འདི་གི་བཀུངས་ཡི་སྤྲི་ཅིག་གི་གྲུན་ཆ་ལ་  
ཅི་བཅུག་འདི་གི་འདི་གི་ཆེ་འཆོ་འདི་གི་རོ་བ་སྤྲི་འདི་གི་  
གྲུན་འབྲུམ་ཅི་ནི་གི་དོན་ལྷ་བཞེས་ཅི་ཡེ་འཇག་བྲི་གི་དོན་ལྷ་  
དོང་ཅི་ཡེ་བཞོ་ཡི་འདི་ལེ་རྫོང་ཅི་ཡེ་སྤྲི་འདི་སྤྲི་ཞན་  
འདི་སྤྲི་ལྷ་ཅིས་ཀྲོག་འདི་གི་འདི་ལས་ཁོ་ར་རང་ཡུལ་  
བཞེས་ཅིག་ལྷ་བྲིན་སེ་ཡི། འདི་ལས་ཆམས་ཆོས་རེན་ 2  
འདི་གི་ཁོ་གི་གྲུན་ཆ་ལ་ད་མི་འདི་སྤྲི་ལེ་ཁོ་ར་རང་གི་གོ་བ་ཤ་  
གི་གྲུན་འབྲུམ་གི་མདོ་མ་ལན་བྲི་གི་དོན་ལྷ་རང་གི་སྤྲི་ཅིག་  
བདང་ཡི། གྲུན་འབྲུམ་ད་མི་གི་སྤྲི་འདི་སྤྲི་གི་ཁོ་གི་སྤྲི་ 3  
འདི་གི་མགྲའོ་ལྷ་མ་དོན་འདི་གི་འདྲུངས་འདི་ག་ར་ཕྱོག་  
འདི་གི་ལབ་དོམ་བྲེ་ལོག་འདི་སྤྲི་ཆ་སེ་སེ་རྫོ་འདི་གི་བདང་

- ཡི། འདི་ལས་ད་རྩ་རྒྱན་འབྲུམ་གི་བྱོ་འདི་གི་སྟུ་གཞན་  
 ཅིག་བཏང་ཡི་ད་རྩ་འདི་ལྷ་ཡེ་རྒྱན་འབྲུམ་ད་མི་སྟུ་འདི་སྟུ་  
 གི་ཁོ་ལྷ་ཡེ་འདྲུངས་མགྱུ་དོ་ལྷ་མ་དོན་འདི་སྟུ་ཆ་སི་སི་ཟོ་  
 འདི་གི་བཏང་ཡི། ད་རྩ་སྟུ་ཞན་ཅིག་བཏང་འདི་འདི་  
 སྟུ་གི་འདི་ཡེ་བསད་འདི་རྩམ་བེ་གཞན་ཡེ་ལས་ཤ་བཏང་  
 འདི་རྒྱན་འབྲུམ་ད་མི་སྟུ་འདི་སྟུ་གི་ལ་ལྷ་ཅིག་ལྷ་བསད་ལ་  
 ལྷ་ཅིག་ལྷ་བཏངས་འདི་བཏང་ཡི། ད་རྒྱན་འབྲུམ་གི་བྱོ་  
 འདི་ལྷ་ཁོ་ར་རང་ལྷ་བྱམ་བི་གི་བྱ་ཅམ་ཅི་ཡོད་བི་འདི་ཡེ་  
 ག་ར་གི་ཤལ་ལས་རྒྱན་འབྲུམ་ད་མི་འདི་སྟུ་ཡོད་ས་ཁོ་ལྷ་  
 རྒྱ་འོང་ནོ་འདི་གི་བཏང་ཡི། ཡིན་རྩ་རྒྱན་འབྲུམ་ད་  
 མི་སྟུ་འདི་སྟུ་ཁོང་ར་རང་གི་བྱ་ཁ་ལྷ་ཁ་ལབ་ཅི་འདི་དོན་  
 འདྲ་ར་རྒྱན་འབྲུམ་གི་བྱོ་འདི་གི་བྱ་ཡིམ་མི་སི་ལབ་འདི་ད་  
 ཡོག་སི་འདི་གསད་ཀོ་འདི་འདི་ལས་རྒྱན་ཆལ་གི་ཞིང་འདི་  
 ག་ར་ང་ཅ་རང་གི་བྱང་འོང་སི་ཁ་ལབ་ཅི། འདི་ལས་  
 རྒྱན་ཆལ་ད་མི་སྟུ་འདི་སྟུ་རྒྱན་འབྲུམ་གི་བྱོ་གི་བྱ་འདི་རྩང་  
 འདི་བསེག་ཅི་བསེག་འདི་རྒྱན་འབྲུམ་གི་ཞིང་གི་བྱི་ཡོག་ལྷ་

ཀོ་ཡི་། ད་ཀྱན་འབྱུང་གི་བྱོ་འདི་གི་ག་ཅི་བྱེ་བྱང་བྱེ་བྱོ་ 10  
 འདི་འོང་འདི་ཀྱན་འབྱུང་གི་ཞིང་འདི་སྒྲི་ཞིན་ལུ་གནང་  
 འོང་། ཅ་གི་གསུང་རབ་ན་ལུ་འདི་བྱེ་བྱིས་འདི་གི་ཡོད་ 20  
 བྱི་ཅི་བ་སྐྱབ་མི་གི་རྩོ་ལུ་འདི་སྐྱ་གི་ཀོ་འདི་བཞག་མི་གི་  
 རྩོ་འདི་རྩུང་གི་སྐྱུམ་རྩོ་བྱེ་བྱང་ཅིག་སེ། འདི་གཙོ་བོ་ 21  
 ལས་བྱང་ཅུ་བ་ཅི་ཡིན་ང་ཅི་གི་འདི་ག་ཏེ་བྱེ་ཡིན་ན་ནོ་འདི་གི་  
 ཉ་ལས་འདི་བྱི་འདི་ག་ཏེ་མ་ཉ་ལས་འདི་སི་སི་མོ། འདི་ 22  
 ལས་ཡ་ཉུ་དྲ་བི་དཔོན་འདི་སྐྱ་དང་ལྷམ་སྐྱུམ་འདི་སྐྱ་གི་  
 ཡི་ཤུ་ལུ་རྩུང་ནི་བྱེ་ཡི་ག་ཅིམ་རྩོ་བ་ཅིན་ཡི་ཤུ་གི་འདི་རྩུང་  
 གི་དཔོ་ཤེག་མི་འདི་ཁོང་ལུ་གསུངས་མེ་ནོ་འདི་གི་ཡིན་  
 ཡིན་རུང་ཁོང་གི་སྒྲི་འདི་སྐྱ་ཏེ་འདི་མགོ་འདི་ཡི་ཤུ་ལུ་ཞག་  
 འདི་གི་པ་ཡ་སེ་ཡི།

གྲུ་པ་པོ་ལུ་མཁས་སྐུལ་བི་གི་ལོ་གྲུས་།

འདི་ལས་ད་རུ་པ་རུ་ཤི་པ་དང་ཉེ་རོ་གི་དཔོན་འདི་ 23  
 སྐྱ་ཡི་ཤུ་ལུ་མགྲུ་ཀོ་འདི་རྩུང་བྱི་གི་དོན་ལུ་བཏང་ཡི། ཁོང་ 24  
 ཡི་ཤུ་གི་སྐྱན་མདུན་ལུ་འོང་འདི་གི་ཞུས་ཡི་སྐྱོབ་དཔོན་

ལགས་ཁྱོད་བདེན་ཅེ་ག་ལུ་ཡེ་མི་མགོ་ཅེ་ང་ཅེ་གི་ཤེས་ཁྱོད་  
 མྱི་གི་མདོང་ཡེ་མི་ལྟ་དགོན་མཆོག་གི་ཐུགས་མགོང་འདི་  
 ཡེ་མྱི་འདི་སུ་ལུ་ལེས་ཤོམ་ཅེ་སྟོན་ཅེ་ད་ང་ཅེ་ལུ་གསུངས་  
 གནང་ལ་རྒྱལ་པོ་སྒྲོམ་ལུ་མཁས་ལྟ་བ་ཀོ་འག་ལྟ་བ་མི་མགོ་  
 ༡༥ འག་ང་ཅེ་ལུ་གསུངས་གནང་ལ་། ཡི་ཤུ་གི་ཁོང་གི་སེམས་  
 ཁ་གི་རྣ་ས་ཟླ་འདི་སུ་ཁྱོད་འདི་གི་གསུངས་ཡི་ཁྱོད་གི་ག་  
 ཅེ་གི་དོན་ལུ་ངས་གི་ཚོད་ལྟ་ལྟ་མོ་ང་ལུ་ཁྱོད་ཀྱི་ཅིག་བཟུ་བྱི་གི་  
 ༡༦ དོན་ལུ་བྲག་ག་ཤོག་། མྱི་འདི་སུ་གི་རེམ་གི་ཁྱོད་ཀྱི་ཅིག་  
 བྲག་འོང་འདི་གི་ཡི་ཤུ་གི་མྱི་འདི་སུ་ལུ་གསུངས་ཡི་འདི་ག་  
 གི་པར་ཨིམ་མོ་འདི་ག་གི་ཡི་ཤུ་ཨིམ་མོ་སེ་མྱི་འདི་སུ་གི་  
 ༡༧ ལྷས་ཡི་རྒྱལ་པོ་སྒྲོམ་གི་ཨིམ་མོ་སེ་ལྷས་ཡི་། ཡི་ཤུ་གི་མྱི་  
 འདི་སུ་ལུ་གསུངས་ཡི་ག་ཅི་རྒྱལ་པོ་གི་ཨིན་འདི་རྒྱལ་པོ་ལུ་  
 ཐུལ་ག་ཅི་དགོན་མཆོག་གི་ཨིན་འདི་དགོན་མཆོག་ལུ་ཐུལ་  
 སེ་འདི་ཅེ་གསུངས་འདི་མྱི་འདི་སུ་ག་ར་ད་ལས་འདི་ཅི་།

སྐྱུ་གསོན་པོར་ཅེ་ཞེངས་སྐྱུ་ལོ་རྒྱས་ལེ་དྲི་བ་།

༡༨ འདི་ལེས་ས་འདུ་ཀིས་ཟེ་མི་མྱི་འདི་སུ་གི་ལབ་ཅི་མྱི་  
 ཤི་ཤིལུ་འདི་སུ་གསོམ་ཅེ་ད་ཅུང་ལོག་འདི་ལོངས་ནི་མི་སེ་

ལབ་མི་གི་སྒྲི་འདི་སྤྱ་ཡི་ཤུ་གི་སྒྲི་མདུན་ལུ་འོང་འདི་གི་  
 ལུས་ཡི་། སྒྲི་བ་དཔོན་ལགས་མེ་ཤེ་གི་ང་ཅེ་གི་དོན་ལུ་བྲིས་ 20  
 འདི་འདུག་གི་སྒྲི་ཅིག་གི་སྒྲི་ཤེས་འདི་ཨ་ལུ་མི་བ་  
 ཨམ་ཅུ་འདི་ཡོད་བ་ཅིན་ཤེས་མི་འདི་གི་སྒྲི་འདི་གི་ཨམ་  
 ཅུ་འདི་ཁོ་ར་གི་ཨམ་ཅུ་བེ་ལེན་འདི་ཁོ་ར་དང་ཁོ་ར་གི་སྒྲི་  
 གི་དོན་ལུ་ཉེན་ཆོན་སྒྲི་དགོས་། ད་སྒྲི་ཆ་མདུན་ཡོད་ 20  
 བེ་དེ་མ་གི་འདི་གི་ཨམ་ཅུ་ཅིག་ལེན་འདི་བྱ་ཅུ་མ་སྒྲི་བ་  
 ཤེས་སེ་ཡི་། གཉིས་པ་འདི་གི་ཡི་ཨམ་ཅུ་འདི་ལེན་ 21  
 འདི་གི་འདི་ཡི་བྱ་ཅུ་མ་སྒྲི་བ་ཤེས་སེ་ཡི་འདི་རྒྱུ་བེ་  
 གསུམ་པ་ལུ་ཡི་བྱང་ཅིག་། ད་རུང་མདུན་ཆ་ར་བྱ་ཅུ་ 22  
 མ་སྒྲི་བ་བཤེས་སེ་ཡི་ག་ར་གི་ཤུ་ལས་ཨམ་ཅུ་འདི་  
 ཡི་གཤེས་སེ་ཡི་། ད་ཤེ་མི་འདི་སྤྱ་ལོམ་འདྲ་ལུ་འདི་ 23  
 སྒྲི་མདུན་གི་ཨམ་ཅུ་འདི་ག་གི་ཨམ་ཅུ་བེ་འོང་བ་མི་དེ་  
 མ་ག་ར་གི་ཨམ་ཅུ་བེ་སྒྲི་ཨེན་སེ་ལུས་ཡི་།

ཡི་ཤུ་གི་ཁོང་ལུ་གསུངས་ཡི་ཁྱོད་གི་གསུངས་རབ་ 20  
 ཡི་མི་ཤེས་དགོན་མཆོག་གི་མཐུགས་མགོང་ཡི་མི་ཤེས་བ་

- ༢༡ ལས་ཤེས་ཀྱི་མེ་མི་གསུངས་ཡི། ག་ཅིས་ཟེར་བ་ཅིན་  
གཤེས་མི་འདི་སྤྱི་ལོངས་བྱི་དུས་ལུ་ནམ་ལུ་ཡི་མི་གཏང་ཕོ་  
དང་མོ་དང་སྒྲན་ཡི་མི་སྤྱི་བཞི་ཁོང་ག་ར་ནམ་ཁ་གི་ཕོ་ཉ་འདི་  
༢༢ སྤྱི་བཞི་མེ་ར་སྤོད་འོང་། གཤེས་མི་གི་སྤྱི་འདི་སྤྱི་གི་  
ལོ་རྒྱུས་ཁྱོད་གི་མོ་ཤེས་གི་བཀའ་ན་ལུ་མ་ལོག་ག་དགོན་  
མཆོག་གི་མོ་ཤེས་ལུ་ང་ཨེབ་ར་ཉམ་གི་དགོན་མཆོག་དང་  
ཨི་སུག་གི་དགོན་མཆོག་དང་ཡ་ཀོབ་གི་དགོན་མཆོག་དང་  
ཨི་སུག་གི་དགོན་མཆོག་ཨིན་སེ་ཆོ་ཡུམ་ཡོད་ས་ལུ་  
གསུངས་མི་འདི་ཁྱོད་གི་མ་བཞུག་ག་སེ་གསུངས་ཡི།  
༢༣ འདི་གི་དོན་འདྲ་འདི་ཁོ་ཤེས་མི་འདི་དང་གསོན་བྱི་སྤོད་མི་  
འདི་སྤྱི་གི་དགོན་མཆོག་ཨིན་སེ་གསུངས་ཡི་ཁྱོད་ལས་ཤེས་  
འདྲོད་ཀྱི་མེ།

དགོན་མཆོག་གི་བཀའ་བྲིམས་སྤོམ་འདི།

- ༢༤ དུས་འདི་ལུ་ཆོས་ལུ་མཁས་མི་སྤྱི་ཅིག་ཡི་འདི་ཁ་ལུ་  
ཡོད་བྱི་འདི་སྤྱི་འདི་གི་ཡི་ཤུ་དང་ས་འདུ་གི་ཆོས་གི་ཅེ་ཕྱག་  
སྤོམ་ཁོ་གི་གོ་འདི་ཡི་ཤུ་གི་ལེན་ལས་ཤོམ་བྱི་གནང་མེ་ནོ།

འདི་ཁོ་ར་རང་ཡེ་ཡི་ཤུག་སྒྲུན་མདུན་ལུ་བཀའ་བྲིམ་ག་ར་  
 ལས་དང་བོ་འདི་ག་འདི་ཨིན་ན་སེ་གི་བ་འོང་ཡི་། བཀའ་ 20  
 བྲིམ་ག་ར་ལས་བྲེམ་ཤོ་འདི་འདི་ཨིན་སེ་ཨོ་ཡེ་ཡི་ར་  
 ཨོལ་ཉན་ཅིག་ང་ཅེ་གི་གཙུག་བོ་དཀོན་མཆོག་འདི་གཙུག་ཅམ་  
 ཅེ་ར་ཨིན་ཁོ་ལས་ཞན་ག་ཡེ་མི་སེ་གསུངས་ཡི་། ཁོ་ལུ་ 20  
 ཆ་ར་རང་གི་གཙུག་བོ་དཀོན་མཆོག་ལུ་སེམས་ཁྲ་ལས་བྱམ་  
 བར་བྲེ་ཆ་རང་གི་སྒྲོག་ཤུ་ར་ལས་ཆ་ར་གི་རྣེ་ས་སྒྲུ་ར་ལས་  
 དང་ཆ་རང་གི་ཁོས་ཀོ་ཤུ་ར་ལས་བྱམ་པར་བྲེ་སེ་གསུངས་  
 ཡི་། བཀའ་གཉིས་པ་འདི་འདི་ཨིན་ཁྱོད་གི་རང་གི་བྲིམ་ 21  
 ཆོ་ལུ་རང་ལུ་བྱམ་པར་བྲེ་དོ་འུ་ཟུམ་བྲེ་བྱམ་པར་བྲེ་སེ་འདི་  
 ལས་སྒྲོམ་བྲེ་གི་བཀའ་བྲིམ་ཞན་མི་སེ་གསུངས་ཡི་། ཆོས་ 22  
 ལུ་མཁས་མི་སྒྲི་འདི་གི་ཡི་ཤུ་ལུ་ཞུས་ཡི་སྒྲོབ་དཔོན་ལགས་  
 ཁྱོད་གི་བདེན་བྲེ་གསུངས་ཡི་ཁོ་ཅམ་ཅེ་ར་ཨིན་ཁོ་ལས་  
 བཞུགས་མི་སེ་གཙུག་བོ་དཀོན་མཆོག་ཁོ་ཅམ་ཅེ་ར་ཨིན་ཁོ་ལས་  
 བཞུགས་ག་ཡེ་མི་སེ་ཞུས་ཡི་། སྒྲི་རང་གི་དཀོན་མཆོག་ལུ་ 2  
 སེམས་ཤུ་ར་ལས་རང་གི་རྣེ་ས་སྒྲུ་ར་ལས་ཁོས་ཀོ་ཤུ་ར་  
 ལས་བྱམ་པར་བྲེ་གོ་སེ་ཁོ་ཁོ་ར་གི་བྲིམ་ཆེ་ལུ་ཡེ་ཁོ་ར་རང་

ལུ་བྱམ་པར་བེ་འུ་ཟུམ་བེ་བྱམ་པར་བེ་སེ་འདི་ལས་བེམ་བེ་  
 ༣༧ གི་གི་འུ་དང་མཚེཔ་པ་ཞན་ག་ཅི་ཡེ་མི་སེ་ཞུས་ཡི་། ཡི་ཤུ  
 གི་སྒྲི་འདི་གི་མཁས་དྲི་འདྲི་བེ་ལེན་ཕུལ་འུ་མེ་ནོ་འདི་གི་  
 གསུངས་ཡི་ཁྱེད་དཀོན་མཚོ་གི་གྲུལ་ཁམས་ལས་ཐགས་  
 རིང་ས་མམ་བེ་སེ་འདི་ལས་སྒྲི་གཞན་ག་གི་ཡེ་ག་ཅི་ཡེ་  
 ཡི་ཤུ་ལས་དྲི་མ་ནུབ་།

ད་བེད་གི་སྒྲུས་གི་ཡོ་གྲུས་ལེ་དྲི་བ་།

༣༨ འདི་ལས་ཡི་ཤུ་མཚོས་ཁང་ན་ལུ་ཚོས་བསྟོན་འདི་གི་  
 སྒྲི་འདི་སུ་ལས་དྲི་ཡི་ཚོས་ལུ་མཁས་མི་སྒྲི་འདི་སུ་གི་མ་གི་  
 ༣༩ ཀ་ད་བེ་གི་ཉན་ཆེན་ཨིམ་མེ་སེ་ག་དེ་སྒྲེ་ལབ་མོ་། ད་བེད་  
 རང་གི་དམ་པའི་ཐུགས་གཉིས་གི་གང་འདི་གི་འདེ་བེ་  
 གསུངས་ཡི་གཅོ་བོ་གི་ངས་གི་གཅོ་བོ་ལུ་ང་གི་ཁྱེད་གི་དགྲ་  
 འདི་སུ་ཁྱེད་གི་ཞབས་གི་འོག་ལུ་མ་བཅུག་བེ་བར་ཁྱེད་ངས་  
 ༤༠ གི་ཐུག་གཡས་སུ་བཞུགས་ཅིག་སེ་གསུངས་ཡི་། ད་བེད་  
 རང་གི་འདི་ལུ་གཅོ་བོ་སེ་ཞུས་བ་ཅིན་འདི་ཁོ་གི་ཉན་ཆེན་ག་  
 དེ་བེ་ཨིམ་མོ་སེ་སྒྲི་འདི་སུ་ག་ར་སེམས་དགའ་འདི་  
 ཡི་ཤུ་ལུ་གཉན་ཡི་།



གཙོ་བོ་ཡི་ཤུ་གི་སྒྲི་མཚོས་ལུ་མཁས་སྒྲི་སྒྲི་འདི་  
སུ་ལུ་བཀའ་གནང་ནི།

ཡི་ཤུ་གི་ཁོང་ལུ་གསུངས་བེ་གི་དུས་ལུ་གསུངས་ཡི་ 34  
མཚོས་ལུ་མཁས་སྒྲི་སྒྲི་འདི་སུ་ལས་རིབ་འགྲིམ་ཅིག་འདི་  
སུ་གོ་ལ་སྒྲིང་སྒྲིམ་གོན་འདི་སྒྲི་འདི་སུ་གི་སུ་ཁ་ལུ་གྲུ་ལུ་  
ཡིན་ཁྲིམ་ལུ་སྒྲི་འདི་སུ་གི་ཁོང་ལུ་ཕུག་འཚལ་བ་ཅིན་ཁོང་  
སེམས་ལས་ཤ་དགའ། མཚོས་བརྟོན་སི་མཚོས་ཁང་ 35

དང་མགོན་ལུ་གང་མགུ་ལུ་སྒྲིང་བེ་གི་སེམས་སྒྲིམ་ཡོད།  
འདི་སུ་གི་ཕོ་རྒྱས་ཤིས་སི་གི་ཨམ་ཅུ་འདི་སུ་གི་ཁྲིམ་ནིས་ 36  
ཆག་བེ་གི་སེམས་སྒྲིམ་ཡོད་འདི་སུ་སྒྲི་འདི་སུ་གི་མདོང་ཁ་  
ལུ་སྒྲིན་ལས་གྲུ་ཆེའུ་དབས་བེ་གི་ལུག་གསོལ་ཡོད་དོན་འདི་  
ར་འདི་སུ་ལུ་ཆེབ་སྒྲིམ་འཕྲོག་འོང་།

ཨམ་ཅུ་མོ་རེས་གི་མཚོས་།

འདི་ལས་ཡི་ཤུ་མཚོས་ཁང་གི་བེ་ཤ་ཕུག་སི་གི་ཇམ་ 37  
འདི་གི་བོ་ལོ་ཁ་ལུ་བཞུགས་འདི་གི་སྒྲི་འདི་སུ་དངུལ་ཕུལ་  
བ་ལུ་གཟིགས་འདི་སྒྲི་ཕུབ་ལས་ཤ་གི་དངུལ་ལས་ཤ་ཕུལ་  
ཡི། འདི་ཁ་ལུ་ཕོ་རྒྱེ་ཤི་སི་གི་ཨམ་ཅུ་དངུལ་བོ་ཅིག་ 38

- ༧༣ ཡོད་སྟེ་འདི་གི་བོ་ཤ་ཅིག་ཙམ་ཅི་ཕུལ་ཡི་། ཡི་ཤུ་གི་  
ཁོ་ར་གི་ཉེ་གནས་འདི་སུ་ཁོ་ར་གི་སྐྱོན་མདུན་ལུ་བོ་འདི་གི་  
གསུངས་ཡི་ང་ཁྱོད་ལུ་བདེན་བོ་ལབ་འདོ་མཛམ་གི་ན་ན་ལུ་  
དུལ་ཕུལ་མི་ག་ར་ལས་པོ་རྒྱས་ཤིས་མི་གི་ཨམ་ཙུ་འདི་  
༧༤ གི་ག་ར་ལས་ཐེབ་བོ་ཕུལ་ཡི་། ག་ཅིམ་ཟེར་བ་ཅིན་སྟེ་  
ཕུབ་འདི་སུ་ག་ར་ཁོང་ར་རང་གི་ལོངས་སྟོན་ལས་ཤ་ཡོད་  
བི་གི་ངམ་གི་ཕུལ་ཡི་ཡིན་རུང་མོ་ན་ལུ་མི་བི་གི་སྟོ་ལས་བེ་  
མོ་ར་ན་ལུ་ག་ཡོད་མི་འདི་ག་ར་ཕུལ་ཡི་སེ་གསུངས་ཡི་།

མཆོས་ཁང་མེད་བུང་བི་གི་ལོ་རྒྱ་གཅི་བོ་ཡི་ཤུ་གི་  
དེ་མ་ལེ་གསུངས་ཡི་།

- ཡི་ཤུ་མཆོས་ཁང་ལས་ཕྱི་ལོག་ལུ་བྱོན་བི་གི་དུས་ལུ་  
༡༢ ཡི་ཤུ་གི་ཉེ་གནས་ཅིག་གི་ཡི་ཤུ་ལུ་ཉུས་ཡི་སྟོབ་དཔོན་  
༢ ལ་གཟིགས་ཅིག་ག་དེ་མི་གི་ཁྱིམ་ཟླ་ཟླ་མོ་། འདི་ལས་  
ཡི་ཤུ་གི་གསུངས་ཡི་ཁྱོད་གི་འདི་ཟླ་སྟེ་འདི་སུ་མཐོང་  
བེ་དགའ་འདི་ཟླ་འདི་གི་འདོ་ཅིག་ཡེ་མི་སྟོན་བ་རམ་འདི་  
གི་རྒྱ་ལོང་།

སྒྲིག་བསྐྱེལ་མག་ཅུག་ནི།

འདི་ལས་ཡི་ཤུའུ་རྒྱུ་གི་ཤིང་གི་རི་ལུ་མཚོད་ཁང་གི་ ༥  
 མདོང་ཁུ་ལུ་བཞུགས་ཅི་གི་དུས་སྒྲི་གཞན་ག་ཡེ་མི་བྱི་གི་  
 དུས་ལུ་ཤེ་རྟོ་དང་ཡ་ཀོབ་དང་ཡོ་ཏ་ནན་དང་ཨན་དྲི་ཡ་ཅང་  
 གནང་འདི་ཡི་ཤུ་གི་སྒྲི་མདུན་ལུ་འོང་འདི་གི་ཞུས་ཡི།  
 འདི་ནས་ལུ་བྱང་ནི་ནང་ཅ་ལུ་གསུངས་གནང་འདི་བྱང་གི་  
 གི་ལུ་འདི་སྒྲི་ག་ཅི་ཨིན་ནང་ཅི་ལུ་གསུངས་གནང་སེ་ཞུས་  
 ཡི།

འདི་ལས་ཡི་ཤུ་གི་ཤིང་ལུ་གསུངས་ཡི་རིག་མཛོ་མ་ ༧  
 འདི་གི་སྒྲི་སེ་སྒྲི་ག་གི་ཡེ་ཆ་གི་མག་ཀོ་མ་ཅུག། སྒྲི་ ༩  
 ལས་ཤུངས་གི་སྒྲི་ན་ལུ་ཐོན་འོང་ང་ཁོ་ཨིན་སེ་ལག་འདི་  
 གི་སྒྲི་ལས་ཤུ་ལུ་མག་ཀོ་འོང་སེ་གསུངས་ཡི། ད་རུ་ཅ་ ༡  
 གི་དམག་དང་དམག་གི་རྒྱུ་འགྲ་འདི་སྒྲི་ཐོ་ལོ་ཁ་གི་དང་  
 ཐག་རིང་ས་གི་ལོ་ཁྱུ་འདི་སྒྲི་གི་རྒྱ་འདི་ལུ་མ་འགྲོ་ཅིག་འདི་  
 ཟུམ་བེ་བྱང་རྒྱང་ད་རྒྱང་མཐའ་སེ་འདི་ད་རྒྱང་མི་བྱང་།  
 དུ་ལ་ཅིག་དང་གཅིག་ཐག་འོང་ཁྱུ་ལ་ཁམས་དང་ཁྱུ་ལ་ཁམས་ ༢

དམག་ཅེ་འོང་ཡུལ་ཁ་ལུ་ས་ཡོས་དང་སྤྱི་སྤྱི་འདི་སྤྱི་ཡེ་  
 ཐོན་འོང་ཡིན་ཅུ་འདི་སྤྱི་གར་སྤྱི་གར་ལ་གི་མག་ཡིན་སེ་  
 བསྐྱུངས་ཡི་།

༩           ཆ་རང་གི་དོན་ལུ་རིབ་གིས་འདི་སྤྱི་སྤྱི་འདི་སྤྱི་གི་ཆ་  
 ཟུང་འདི་ཆ་ལུ་བརྒྱུང་འོང་འབྲིས་དཔོན་དང་ཀུལ་པོ་གི་སྤྱི་  
 བརྒྱུན་ལུ་ཁིག་འོང་འདི་སྤྱི་ལུ་ངས་གི་ཐོན་ལས་ཤོས་འདི་  
 ༡༠   ཤེགས་ཅི་གི་དོན་ལུ་ཡིན་སེ་བསྐྱུངས་ཡི་།           འདི་གར་

ས་བྱུང་གི་གི་ཉེ་མ་ལུ་ངས་གི་མཆོས་འདི་སྤྱི་གུས་གར་ལུ་  
 ༡༡   ཤེགས་ཀོ་སེ་བསྐྱུངས་ཡི་།           སྤྱི་འདི་སྤྱི་གི་ཆ་ལུ་ཟུམ་  
 འདི་ལུ་ཆ་ལུ་འབྲིས་ཁང་ལུ་ཁིག་འདི་གི་ཤོས་ཅི་གི་དུས་ལུ་  
 ཆ་གི་ག་ཅི་ལབ་ཀོ་དག་ནོ་འདི་གི་ཉེ་མ་ལས་སེམས་ཁ་ལུ་  
 ཆ་གི་མ་ཡོངས་དུས་འདི་ལུ་ཆ་ལུ་ག་ཅི་དགོན་མཆོག་གི་  
 བཀྲང་མི་འདི་ལབ་ཅིག་ག་ཅིས་རྩེར་བ་ཅིན་ཁ་ལབ་མི་འདི་  
 ཆ་མེས་བ་དམ་པི་ཐུགས་བཅིས་འདི་ཡིན་སེ་བསྐྱུངས་ཡི་།

༡༢   དུས་འདི་ལུ་རང་གི་སྤྱི་ཆ་གི་རང་གི་སྤྱི་གསལ་ཅི་གི་དོན་  
 ལུ་ཤོས་འོང་ཡི་པ་གི་རང་གི་ཡི་ལུ་འདི་སྤྱི་གསལ་ཅི་གི་

དོན་ལུ་བྱོས་འོང་ཨ་ལུ་འདི་སྤྱི་གི་རང་གི་ཕ་མ་ལུ་སྤྱོ་ཡོག་  
 བེ་འདི་གི་རང་གི་ཨ་ཕ་དང་ཨ་མ་གསལ་བེ་གི་དོན་ལུ་རོ་གི་  
 ལག་པ་ལུ་བྱོས་འོང་སེ་གསུངས་ཡི་། ངས་གི་མཆན་ 22  
 གི་དོན་ལུ་སྤྱི་གི་ར་གི་ཆ་ལུ་མི་དག་བ་སྤྱོད་འོང་ཡིན་ཅུང་སྤྱི་  
 གི་ར་བེ་ཅུང་མ་གི་ཡི་ཆོན་ཆོས་དཔ་བེ་སྤྱི་གི་སྤྱོད་མི་འདི་  
 སྤྱི་གི་ར་སངས་རྒྱལ་བེ་འོང་སེ་གསུངས་ཡི་ཡི་བྱ་གི་།

སྤྱི་གི་བསྐལ་སྤྱོས་ཅུང་ནི་།

ཆ་གི་ནམ་ཅི་མེད་བེ་མི་གི་ཅ་ལགས་ཁམས་འོ་སི་སི་ 20  
 འདི་མཆོས་མཁའ་གི་ནང་སྤྱོད་ལུ་འོང་འདི་གི་སྤྱོད་བེ་མི་  
 འད་ལུ་འདི་བཀའ་སྤྱོད་མི་འདི་སྤྱི་གི་ལོ་སྤྱོད་བེ་ཡི་དུ་དུ་  
 ལུ་ལུ་ཡོད་མི་འདི་སྤྱི་གི་ར་རི་གི་ལུ་བྱོ་འདི་སོང་། བྱིས་ 21  
 གི་བེ་གི་ལུ་ཡོད་མི་འདི་སྤྱི་གི་ས་ཁ་ལུ་མ་བབ་རང་གི་བྱིས་  
 ན་ལས་ཅི་ལག་རང་དང་ཉམ་ཅི་ཡིན་བེ་གི་དོན་ལུ་། ཞིང་ཁ་ 22  
 ལུ་ཡོད་མི་འདི་སྤྱི་གི་རང་གི་གོ་ལ་ཡིན་བེ་གི་དོན་ལུ་རང་གི་  
 བྱིས་ན་ལུ་མ་ཡོག་། དུས་འདི་ལུ་ཨམ་ཅུ་ཨ་འོ་སྤྱོད་ནི་ 23  
 ཡོད་མི་འདི་སྤྱི་གི་དང་ཨ་ལུ་ལུ་ཡོད་མི་ཨ་མ་འདི་སྤྱི་གི་

- ༡༥ ལ་ཁ་བྱང་འོང་། དཀོན་མཆོག་ལྷ་སྒྲོན་ལས་དབས་འདི་  
 ཏུས་འདི་ནས་མགུན་ལྷ་མ་བྱང་བྱི་གི་དོན་ལྷ། ཏུས་འདི་  
 གི་སྤྱལ་བསྐལ་འདི་ན་མེ་ས་མེ་སྒྲོམ་བྱང་འོང་འཕྲི་ཆུམ་གི་  
 སྤྱལ་བསྐལ་འདི་དཀོན་མཆོག་གི་དང་ལྷ་ལས་འཛིག་དན་  
 འདི་གཞོ་ཡི་འགང་ལས་ད་དོ་ཆོན་ཆོས་མ་བྱང་འདི་གི་  
 རྒྱལ་ལས་ཡང་འདི་ཆུམ་གི་སྤྱལ་བསྐལ་མི་བྱང་སེ་གསུངས་  
 ཡི། གཙོ་བོ་གི་ཉིམ་འདི་སྤྱ་ཉུང་ཉུང་མ་མཛད་བ་ཅིན་སྒྲི་  
 ག་ཡེ་པ་མི་ཐ་དཀོན་མཆོག་གི་ཅ་ཅབ་སྒྲི་གི་སྒྲི་འདི་སྤྱ་གི་  
 དོན་ལྷ་ཉིམ་འདི་སྤྱ་ཉུང་ཉུང་བེ་ཡི།
- ༢༠ ཏུས་འདི་ལྷ་སྒྲི་ག་གི་ར་སྤེ་བྱང་ཁྱོད་ལྷ་ཕྱ་ཅིག་ཡི་ཤུ་  
 མ་གི་ཀ་ན་ལྷ་ཡོད་ལྱ་ཅིག་ན་ལྷ་འདུག་སེ་ལབ་བ་ཅིན་  
 ཡིས་མ་ཆས་སེ་གསུངས་ཡི། ག་ཅིམ་ཟེ་བ་ཅིན་ཤོབ་  
 གི་མ་གི་ཀ་དང་ཤོབ་གི་ལྷང་སྒྲོན་མི་ལས་ཤ་འོང་འདི་གི་ན་  
 ལས་འདི་སེ་སེ་གི་ལ་དང་ལྱ་འདི་སྤྱ་བསྒྲོན་འདི་གི་དཀོན་  
 མཆོག་གི་ཅ་ཅབ་བྱི་གི་སྒྲི་འདི་སྤྱ་ལྷ་ཡེ་མགུ་ཀོ་ཚུབ་བ་  
 ཅིན་འདི་སྤྱ་ལྷ་ཡེ་མགུ་ཀོར་བེ་འོང་སེ་གསུངས་ཡི། སྤྱལ་

བཟུལ་ འདི་བྱང་ཅི་གི་དུས་ ལུ་ཉིམ་ཡང་མི་ཤར་ཆེ་བ་ཡང་  
མི་ཤར་སེ་ཡི་ཤུ་གི་གསུངས་ཡི་།

སྒྲི་གི་བྱ་ལོག་འདི་བྱོན་ནི་།

ཆ་ག་ར་ལུ་ཉེ་མ་ ལས་ ལས་ཤོམ་ཅེ་ ལབ་ཅི་ཆ་ག་ར་ 20  
རིབ་ཤིམ་འདི་གི་སྒྲི་ད་སེ་གསུངས་། སྐར་མ་འདི་སྒྲི་ཡི་ 21  
ནམ་ཁ་ལས་བུས་འོང་ནམ་མཁའ་གི་དབང་འདི་སྒྲི་ཡི་གཡོ་  
འོང་། འདི་ལས་སྒྲི་གི་བྱ་དབང་སྒྲིམ་དང་ཟི་གཟིགས་ 22  
དང་ཉམས་ཅི་སེ་སྒྲི་གི་ནུབ་ལུ་བྱོན་འདོ་ལུ་སྒྲི་འདི་སྒྲི་གི་མཐོང་  
འོང་། དུས་འདི་ལུ་ཁོ་གི་ཁོ་ར་གི་ཕོ་ཉ་འདི་སྒྲི་བཏང་ 23  
འདི་གི་གཟིགས་ ཉེན་ག་ར་ ལས་ནམ་ཁ་གི་མཐོང་མ་ ལུ་ཆོན་  
ཆོས་ཁོ་ར་གི་ཅ་ཅབ་ཅི་གི་སྒྲི་འདི་སྒྲི་ག་ར་ ཕྱི་ག་བཞི་ལས་  
ཅི་ཁ་ལུ་བཟུ་འོང་།

དབ་ཆོ་ཤིང་ལེ་དཔེ་གཅིག་སྒྲི་ག་ནི་།

ད་སེ་ཡབ་གི་ཤིང་འདི་སྒྲི་ལས་བཟུ་འདི་གི་དཔེ་ཅིག་ 24  
སྒྲི་ག་ཅིག་འདི་གི་འད་མ་ས་ཉལ་པེ་བཟུ་ཀུ་སྒྲི་མ་ཡི་དུས་ལུ་  
སོ་ཁ་རེན་བེ་ནོ་འདི་གི་སྒྲི་ད་ཅིག་། འདི་ཆུམ་སྒྲི་ཆ་གི་ 25

ལོ་རྒྱུས་འདི་སྤྱི་བ་ར་བྱང་འདོའུ་མཐོམ་འད་ལུ་དུས་འདི་  
 ༣༠ རེས་མེ་ཚོ་འདི་གི་འབྲེལ་གྱི་བེ་སྒོད་སེ་གསུངས་ཡི་། འདི་  
 ཆ་གི་སེམས་ཁ་ལུ་ཞག་འདི་སྒྲི་རྒྱུད་འདི་མེབ་མ་བྱང་བེ་གི་  
 ༣༡ ཉེ་མ་ལུ་ལོ་རྒྱུ་འདི་བ་ར་བྱང་འོང་སེ་གསུངས་ཡི་། ཉམ་  
 ཁ་དང་ས་མེབ་རྒྱ་རུང་ང་གི་གསུངས་མི་གི་ཚོག་འདི་སྤྱི་  
 ཅིག་ཡང་མེབ་མི་རྒྱ་།

འདི་གི་དུས་དང་ཆམ་ཆོས་འདི་བ་གི་ཡེ་མི་ཤེས་།

༣༢ ཡིན་རུང་དུས་ཆོས་འདི་དང་ཆམ་ཆོད་འདི་འདི་ནམ་  
 བྱང་འདོ་འག་སྒྲི་བ་གི་ཡེ་མི་ཤེས་ནམ་ཁ་གི་ཤོ་ཉ་འདི་སྤྱི་  
 གི་ཡེ་མི་ཤེས་སྤེས་གི་ཡེ་མི་ཤེས་ངས་གི་ཡབ་གི་ཅམ་ཅི་  
 ༣༣ གི་མཁུན་། འདི་དུས་ཆོས་འདི་ནམ་རེན་འདོ་བ་ཁྱོད་གི་  
 མི་ཤེས་བེ་དུན་ལུ་རིབ་གི་མ་ཅི་གཉིས་མ་ཁ་སྤྱ་སྒྲོན་ལམ་དབ་  
 ༣༤ སྒྲི་གི་སྒོད་། འདི་སྒྲི་གི་བྱ་འདི་རང་གི་བྱིམ་སྒོ་ཞག་འདི་  
 ཐག་རིང་ས་ལུ་རྒྱ་མི་གི་སྒྲི་ཅིག་ཟུམ་སྤྱེ་ཡིན་སྒྲི་ཅིག་རང་གི་  
 བྱིམ་གི་ཅི་བ་ར་རང་གི་སྤྱ་རོ་ལུ་སྒྲོག་འདི་ཁོ་རང་ས་ཐ་རིང་  
 ས་ལུ་བྱོན་འདི་རང་གི་མགོ་སྤབ་འདི་སྤྱ་ལུ་བྱིམ་ལས་ཤོམ་



བེ་ལུ་སེ་གསུངས་ཡི། འདི་གི་དོན་ལུ་རིབ་གིས་འདི་གི་ 24

སྒྲིབ་གི་བདེ་འདི་ཕྱིན་ཅུ་ལུ་སྒྲིབ་ཅུང་ཉི་མ་སྒྲིབ་ཅུང་བྱ་

པོས་བོལ་འད་སྒྲིབ་ཅུང་བ་ལུ་འོང་ནི་ན་ཁྱོད་གི་མི་ཤེས་

སེ་གསུངས་ཡི། ཁོ་ཡི་བ་ཐེ་ཅིག་ལུ་བྱེན་འདི་ཁྱོད་གཉིས་ 25

ཁྱེད་འདི་འཕྲོད་མི་འད་མ་ཕྱེ་བེ་དོན་ལུ་རིབ་གིས་འདི་གི་སྒྲིབ་

སེ་གསུངས་ཡི། ང་གི་ག་ཅི་ཆ་ལུ་ལབ་མི་འདི་འདི་སྒྲིབ་ 26

ག་ར་ལུ་ལབ་བེ་རིབ་གིས་འདི་གི་སྒྲིབ་སེ་གསུངས་ཡི།

དཔོན་འདི་སྐྱ་གི་བྱ་ཀོ་གཅི་བོ་ཡི་ཤུ་ལུ་

ཟུང་བེ་གི་དོན་ལུ།

27 འདི་ལས་ཞག་གཉིས་གི་ཤུལ་ལས་སེམས་ཁ་ལུ་

འགྲོན་བེ་གི་དུས་ཆེན་དང་སྐྱུར་རྩི་མེད་བེ་གི་ཁྱེད་ལས་

གི་དུས་ཆེན་ཡིན་མཆོས་ལུ་སྐུལ་སེ་གི་སྒྲིབ་དང་སྐྱུར་སྐྱོམ་

འདི་སྐྱ་གི་ཉེས་ཐབས་ཆོལ་འདི་ཡི་ཤུ་ལུ་བཟུང་འདི་གི་

གསལ་ནི་བེ་ཡི། ཡིན་ཅུང་ཁོང་ར་ནང་ཀོ་ན་ལུ་ཁ་ལབ་ཅི་ 28

དུས་ཆེན་འདི་འགང་ལུ་མ་བེ་གི་སེ་སྒྲིབ་འདི་སྐྱ་ཐབ་ནི་མེ་སེ་

འདི་བེ་ཁོང་རང་གི་བྱ་ཁ་ལུ་ཁ་ལབ་ཅི།

བེ་ཐེན་ཡ་ལུ་གཙུག་པོ་ཡི་ཤུ་ལུ་སྒྲུ་ཆུ་ལུ་ནི།

- ༣ དུས་འདི་ལུ་ཡི་ཤུ་གི་མེན་མཛེ་ན་མི་གི་ཁྲིམ་ན་ལུ་  
མགོན་པོ་རྩེ་གསེལ་བ་བཞེས་འདི་གི་བཞུགས་ཐིག་གི་དོས་  
ལུ་ཨམ་ཆུ་ཅིག་གི་མོ་ར་རང་གི་རིང་སྒྲུམ་གི་རྩེ་ཁྲི་མི་སི་གི  
སྒྲུམ་ཆུ་ལྷན་མི་བ་བཀང་བའི་དོ་དཀར་པོ་གི་བུམ་བུ་ཅིབ  
བག་འོང་འདི་བུམ་བུ་འདི་བཅག་འདི་སྒྲུམ་ཆུ་འདི་ཡི་ཤུ་  
གི་དབུ་ལུ་བྱུགས་ཅི། ཡིན་རུང་འདི་ཁ་ཡོད་མི་གི་སྒྲིལ་  
ལུ་ཅི་ཅིབ་ཟ་འདི་གི་ཅིག་གི་ཅིག་ལུ་ལབ་ཅི་སྒྲུམ་ཆུ་འདི་  
འདི་ཟུམ་ཐེ་བཏོ་སྒྲེ་བཏམ་འམ་མོ་སེ། སྒྲུམ་ཆུ་འདི་ཁྲི་ཀ་  
སྒྲོང་གཉིས་ལས་ལྷབ་ཐིག་གི་རིང་ལུ་བཙོངས་འདི་གི་དབུལ་  
པོ་འདི་སུ་ལུ་སྒྲུམ་བཏང་བ་ཅིན་ལས་ཤོམ་མི་སེ་འདི་ཨམ་  
ཆུ་འདི་ལུ་ཁོང་གི་ཁ་ཟེབ་ལས་ཤུ་ལབ་ཅི། ཡི་ཤུ་གི་སྒྲིལ་  
འདི་སུ་ལུ་གསུངས་ཡི་མོ་ལུ་ཙང་དང་འདི་གི་ཞུག་མོ་ལུ་  
སྒྲུག་སྒྲུལ་མ་བྱིན་མོ་གི་ང་ལུ་ལས་ཤོམ་དང་གྲུ་ཆི་ཆིས་ཐེ་  
སྒྲེལ་ཨིན་སེ། དབུལ་པོ་འདི་སུ་ཨམ་ད་ར་ཆ་དང་ཉམ་ཅི་  
ཡོད་ཆ་གི་ནམ་ར་ལས་ཤོམ་སྒྲེ་ཡི་སེམས་ཡོད་འདི་གི་

དུས་ལ་སྤྱི་སྤྱོད་ ང་ཆ་ དང་ ཉམ་ ཅི་ལ་ ད་ར་མི་སེ་ བསྐྱེད་ས་  
 ཡི་། འདི་ལམ་ཅུ་འདི་གི་ག་ཅི་ལས་ཤོམ་སྤྱི་སྤྱོད་འདི་ ༤  
 རྩེ་ཡི་མོ་གི་ ང་ དུར་ ཁྱེད་ན་ ལུ་ཅུག་ རྩེ་གི་དོན་ལུ་ཉེ་མ་ལས་  
 ངས་གི་ལུས་ལུ་སྤྱི་སྤྱོད་ཅུ་འདི་ལྷག་ཅི་། ང་གི་ཆ་ལུ་བདེན་རྩེ་ ༩  
 ལབ་འདོ་ འདི་ག་དོན་ བ་ར་ ལུ་འདྲིན་བཟང་ འདི་ཤེགས་སྤྱི་  
 གི་དུས་ལུ་ཡི་ ལམ་ཅུ་ འདི་གི་ག་རྩེ་མི་ འདི་ཡི་སེམས་ཁྱེ་  
 ལུ་ཆོ་འི་དོན་ལུ་ཡི་བཤེད་འོང་།

ལུ་དུ་གི་གཙོ་ བོ་ཡི་ ལུ་ལུ་ཅུང་ རྩེ་གི་དོན་ལུ་ཁྱེ་ཅི་།

འདི་ ལས་ ཉེ་གནས་བཅུ་ བཞིས་རྩེ་ གི་ནང་ཀོ་ན་ལས་ ༡༠  
 ལུ་དུ་ཀར་ ཡོད་ཟེར་མི་འདི་གི་ཡི་ ལུ་ལུ་ ཅུང་ རྩེ་གི་དོན་ལུ་  
 ལྷམ་སྤྱི་སྤྱོད་འདི་སྤྱི་ཡོད་ས་ལུ་སོང་ཡི་། ལྷམ་སྤྱི་སྤྱོད་འདི་སྤྱི་ ༡༡  
 འདི་གི་འདི་སེམས་ ལས་ཤ་ དགའ་ ཡི་སེམས་དགའ་འདི་  
 གི་ཁོ་ལུ་དུལ་ཡི་བྱིན་འོང་སེ་ཁྱེ་ཅི་ཡི་འདི་ལས་ལུ་དུ་ཀར་  
 གི་ཡི་ ལུ་ལུ་ ཅུང་འདི་གི་ ལྷམ་སྤྱི་སྤྱོད་འདི་སྤྱི་ལུ་ཀྱོད་སྤྱི་གི་དོན་  
 ལུ་ཉེས་ཐབས་མཆོལ་ཡི་།

གཙོ་བོ་ཡི་ཤུའོ་ར་རང་ཉི་གནས་འདི་སྤྲད་

ཉམས་ཅི་མགོན་བཞིས་ནི།

༡༢

འདི་ལས་སྐྱར་ཅིས་མི་བྱི་ཁ་ལས་གི་དུས་ཆེན་གི་  
ཉིས་གི་དེ་མ་ལུ་སེམས་ཁ་ལུ་འགོན་བྱི་གི་མགོན་གི་དུས་  
ལུ་ལུག་གསལ་བྱི་ཆེ་ཉི་གནས་འདི་སྤྲད་གི་ཡི་ཤུ་ལུ་ཞུས་ཡི་  
ཁྱོད་གི་སེམས་ཁ་ལུ་འགོན་བྱི་གི་དོན་ལུ་མགོན་འདི་ང་ཅི་གི་

༡༣

ག་དེ་གལ་སྐྱེ་ག་སྐྱེ་ནི་མོ་སེ་ཞུས་ཡི། འདི་ལས་ཡི་ཤུ་གི་  
ཉི་གནས་གཉིས་ལུ་འདི་བཀའ་གནང་འདི་གི་བཤང་ཡི་ཡུལ་  
ལུ་སོང་འདི་ཆ་གི་སྐྱི་ཆུ་སྐྱོད་ཐག་མི་ཅི་དང་ཉམས་ཅི་ཕྱད་

༡༤

འོང་། འདི་སྐྱོ་འདི་གི་ཤུལ་ལས་སྐྱུ་འདི་ཁོ་ག་སྐྱོད་སེ་གི་  
བྱིས་གི་བདབ་འདི་ལུ་ལབ་ཅིག་སྐྱོབ་དཔོན་གི་གསུངས་འདི་  
ང་ང་ར་གི་ཉི་གནས་འདི་སྤྲད་མཉམ་ཅི་སེམས་ཁ་ལུ་འགོན་  
བྱི་གི་མགོན་འདི་ཟ་བའི་དོན་ལུ་ངས་གི་མགོན་གི་བྱིས་ག་དེ་

༡༥

ཨིན་ན་སེ་གིས་། འདི་ལས་ཁོ་གི་ཆ་ལུ་མདན་བཅང་འདི་  
གེལ་སྐྱེ་ག་ཡོད་མི་གི་སྤང་ཁང་སྐྱོམ་ཅི་ཆ་ལུ་བརྟེན་འོང་འདི་  
ཁ་ལུ་ང་ཅི་གི་དོན་ལུ་མགོན་གེལ་སྐྱེ་ག་སེ་གསུངས་ཡི།

འདི་ལས་ཉེ་གནས་འདི་སུ་གྱུ་འདི་ཡི་ཤུག་གསུངས་འདོའུ་ ༡༩

ཟུམ་ཅེ་ར་མཐོང་འདི་གི་མགོན་གྲལ་སྒྲིག་ཅེ་ཡི་།

འདི་ལས་ནམ་སོབ་འད་ལུ་ཡི་ཤུ་ཉེ་གནས་བཅུ་གཉིས་ ༢༠

དང་མཉམ་ཅི་བྱོན་ཡི་། ཁོང་ག་ར་བཞུགས་འདི་གསོལ་ ༢༡

བ་བཞེས་ཅི་དུས་ལུ་ཡི་ཤུ་གི་གསུངས་ཡི་ང་ཆ་ལུ་བདེན་བ་

ཅེ་ལབ་འདོ་ང་དང་མཉམ་ཅི་བཞི་མགོ་ཟ་མི་ཆ་གི་གེ་ཁ་ལེ་

ཅིག་གི་ང་འགྲ་གི་ལག་བ་ལུ་བྲོས་འོང་སེ་གསུངས་ཡི་།

འདི་ལས་ཉེ་གནས་འདི་སུ་ག་ར་ཁོང་ར་རང་སེམས་ཁ་ལུ་ ༢༢

ཐོ་ཚུམ་ཆ་འདི་གི་ཁོང་ར་རང་གི་རེ་རེ་ཅེ་ཡི་ཤུ་ལེ་གི་ཡི་།

ཡི་ཤུ་གི་ཉེ་གནས་འདི་སུ་ལུ་གསུངས་ཡི་ཆ་བཅུ་གཉིས་སྒྲི་ ༢༣

གི་གེ་ཁ་ལས་གཅིག་ང་དང་མཉམ་ཅི་ཐ་ལི་ན་ལུ་ལབ་སྐབ་

འདི་གི་ཟ་མི་འདི་ཨིན་སེ་གསུངས་ཡི་། སྒྲི་གི་བུ་འདི་ ༢༤

ཁོ་ར་གི་དོན་ལུ་ལུང་བཟུན་མི་འདི་ཟུམ་སྒྲེ་ར་བུང་འོང་ཡིན་

ཅུང་སྒྲི་གི་བུ་དག་གི་ལག་བ་ལུ་བྲོད་མི་སྒྲི་འདི་ལུ་ག་དེམ་ལ་

ཁ་མོ་ཁོ་མ་སྒྲིས་བ་ཅིན་ཁོ་གི་དོན་ལུ་ལས་ཤོམ་ཨིམ་མི་སེ་

གསུངས་ཡི་།

གཙོ་བོ་ཡི་ཤུ་གི་མགོན་གི་ལུག་སེལ་ཉེ་གནས་

འདི་སུ་ལུ་ཕྱོན་ནི།

- ३३ འདི་ལས་ཁོང་ག་ར་གསེལ་བ་བཞེས་བྲི་གི་དུས་ལུ་  
ཡི་ཤུ་གི་ཁྱ་ལས་ཕུག་ལུ་བསྐྱམས་འདི་དགོན་མཚོག་ལས་  
བྱིན་ལབས་བཞུ་འདི་བཅག་འདི་ཉེ་གནས་འདི་སུ་ལུ་གནང་  
འདི་གསུངས་ཡི་འདི་ངས་གི་ལུས་ཡིན་ཁྱོད་གི་ལེན་འདི་  
३३ སེ་གསུངས་ཡི། ད་རུ་ཡི་ཤུ་གི་ཕོབ་འདི་ཡི་ཕུག་ལུ་  
བསྐྱམས་འདི་དགོན་མཚོག་ལེ་བྱིན་ལབ་ཞུས་འདི་ཁོང་ག་ར་  
३༤ འདི་ལས་མཐུང་ཡི། ཡི་ཤུ་གི་ཁོང་ལུ་གསུངས་ཡི་འདི་  
ངས་གི་སྐུ་ཁྱག་ཡིན་འདི་བཀའ་བྲིས་སར་བ་གི་ཁྱག་ཡིན་  
འདི་སྐུ་ལས་ཤ་གི་དོན་ལུ་རྒྱ་སྐུ་སེ་འདི་དགོན་མཚོག་དང་  
३༥ ཉམས་ཅི་ཁ་ཚོ་སར་བ་འདི་ཡིན་སེ་གསུངས་ཡི། ང་ཆ་ལུ་  
བདེན་བེ་གསུངས་འདོད་ད་དགོན་མཚོག་གི་གྲུལ་སྤྱོད་གི་ནང་  
ན་ལུ་སར་བ་སྐུ་མ་འབྱམ་ཚོན་ཚོས་གྲུན་འབྱམ་གི་འཁྱུ་ཕྱ་  
३༦ འདི་ལས་མི་འབྱུང་སེ་གསུངས་ཡི། འདི་ལས་ཡི་ཤུ་དང་  
ཉེ་གནས་འདི་སུ་སྐུ་ཐེན་འདི་ཁ་སྐུར་པོ་གི་ཤིང་གི་རི་ལུ་  
བྱོན་སེ་ཡི།

པེ་རྩོ་གི་ཐུས་ཤོ་ནི་གི་ལོ་རྒྱུ་རྟེ་མ་ལེ་གསུངས་ཡི་།

ཡི་ཤུ་གི་རྟེ་གནས་འདི་སུ་ལུ་གསུངས་ཡི་ཁྱོད་གར་ ༢༧  
 ངས་གི་དོན་ལུ་དེབ་ཉམས་འདི་གི་བྱོ་འདི་རྒྱུ་འོང་སེ་གསུངས་  
 ཡི་། ཡིན་རུང་ང་གསེན་པོར་སྤྲེ་ལོང་བྱི་གི་ཤུལ་ལས་ཆ་གི་ ༢༨  
 རྟེ་མ་ལུ་ག་ལིལ་ཡུལ་ལུ་འརྒྱུ་འགོ་སེ་གསུངས་ཡི་། པེ་རྩོ་ ༢༩  
 གི་ཡི་ཤུ་ལུ་ཞུས་ཡི་གར་གི་ཁྱོད་གི་དོན་ལུ་དེབ་ཉམས་རུང་  
 ང་ཁྱོད་ལུ་དེབ་ཉམས་འདི་གི་བྱོ་འདི་གི་མི་རྒྱུ་སེ་ཞུས་ཡི་།  
 འདི་སེམས་ཁ་ལུ་ཞགས་སེ་ཡི་ཤུ་གི་པེ་རྩོ་ལུ་གསུངས་ཡི་ ༣༠  
 ཁྱོད་གི་དེ་རིང་གི་ཕྱི་རུ་ལུ་བྱ་པོས་ཆར་གཉིས་མ་བོབ་བྱི་  
 མཚོན་ཚོས་ཁྱོད་གི་ང་ལུ་ཆར་སུམ་ང་སྤྲོ་མི་ཤེས་སེ་ལབ་  
 འོང་། འདི་ལས་པེ་རྩོ་གི་ཞུས་ཡི་ང་ཁྱོད་དང་ཉམས་ཅི་གི་ ༣༡  
 དགོ་རུང་གི་ནི་ང་ཁྱོད་སྤྲོ་མི་ཤེས་སེ་ལབ་མི་རྒྱུ་སེ་རྟེ་  
 གནས་གར་གི་ཡི་ཤུ་ལུ་འདི་བེ་ཞུས་ཡི་།

ཟེད་ཤེ་མ་ནེ་ལུ་གཙོ་བོ་ཡི་ཤུ་སྒྲོན་ལམ་བཞུས་ནི་།

འདི་ལས་ཁོང་གར་ཟེད་ས་མ་ནེ་ཟེར་མི་གི་གནས་ ༣༢  
 འདི་ལུ་སྤྱོད་འདི་གི་ཡི་ཤུ་གི་ཁོར་གི་རྟེ་གནས་འདི་སུ་ལུ་

- ང་སྒྲོན་ལམ་དབས་བེ་དུས་ལུ་ཆ་ན་ལུ་སྒྲོན་སེ་གསུངས་ཡི་།
- 22 འདི་ལས་ཡི་ཤུ་གི་པེ་རྟོ་དང་ཡ་ཀོབ་དང་ཡོ་ན་ནན་སུམ་ཁོ་  
ར་རང་དང་མཉམས་ཅི་ཁིག་འདི་ཡི་ཤུ་ལུ་བསྐྱུག་སྐྱལ་གི་
- 23 ཐུག་ན་མེ་ས་མེ་འབྲུགས་ཅི་། ཡི་ཤུ་གི་ཉེ་གནས་འདི་སུ་  
ལུ་གསུངས་ཡི་ངས་གི་སེམས་ཁ་ལུ་ནམ་མེ་ས་མེ་གི་སྐྱུག་  
སྐྱལ་གི་ནི་རྩམ་བེ་ཡོད་ཁྱོད་ན་ལུ་གཉིས་མ་ཁྱ་བ་སྒྲོན་ཅི་སེ་།
- 24 འདི་ལས་ཡི་ཤུ་ཨ་ཅི་ཡར་བྱོན་འདི་སྐྱ་ལུས་ས་ཁ་ལུ་  
བདེབས་འདི་གི་གཤ་སི་སྒྲེ་སྐྱབ་བ་ཅིན་འདི་བསྐྱུག་སྐྱལ་གི་
- 25 དུས་འདི་ལས་ང་རྒྱ་མ་ཅུ་སེ་སྒྲོན་ལམ་བདེབ་ཅི་། ཡབ་སེ་  
ཡི་ཤུ་གི་སྒྲོན་ལམ་བདེབ་ཅི་ངས་གི་བུམ་པི་ཡབ་ཁྱོད་གི་  
མགོ་ལས་ག་ར་བྱང་ཅུབ་པོབ་འདི་ང་ལས་བུམ་བར་མཛད་  
གནང་ཡིན་རུང་ངས་གི་སྒྲོ་ས་རྩམ་བེ་མི་བྱང་ཡབ་གི་  
གསུངས་དགོངས་ག་ཡོད་མི་འདི་བྱང་ཅུག་སེ་ཞུས་ཡི་།
- 26 འདི་ལས་ཡི་ཤུ་རྩུར་ལོག་བྱོན་འདི་ཉེ་གནས་འདི་སུ་  
གཉིས་ཁྱ་འདི་གི་འདོབ་གཟིགས་འདི་ཡི་ཤུ་གི་པེ་རྟོ་ལུ་  
གསུངས་ཡི་གི་མོན་ཁྱོད་གཉིས་ཁྱ་བེ་ན་རྩུ་ཆོད་གཅིག་ཆོན་



ཆོས་གཉིས་མ་ཁྱ་བ་སྒྲིང་མི་ཆུ་སྒྲིང་དགའ་སེ་གསུངས་ཡི་།

ཆ་གི་མཉམ་སེ་མ་སྒྲིང་དོན་ལུ་གཉིས་མ་ཁྱ་སྒྲིང་ལམ་ ༣༤

བདུ་འདི་གི་སྒྲིང་སེམས་འདི་གི་བེ་འགོ་རྫོ་རུང་ལུས་འདི་

གི་སྒྲིང་མི་ཆུ་བ་བེ་སེ་གསུངས་ཡི་།

འདི་ལས་ད་རུ་ཆར་ཅིག་པར་བྱོན་འདི་གི་ཉེ་མ་གི་ ༣༥

ཟུམ་བེ་ར་ཁྱས་འདི་སྒྲིང་ལམ་བདུ་ཅི་། འདི་ལས་ད་རུ་ ༣༦

ཆུར་ལོག་བྱོན་འདི་ཉེ་གནས་འདི་སུ་ག་ར་གཉིས་ཁྱ་འདི་གི་

སྒྲིང་ཡི་ཤུ་གི་གཟིགས་ཅི་ག་ཅིམ་ཟེར་བ་ཅིན་ཉེ་གནས་འདི་

སུ་ན་མེ་སེམས་གཉིས་སྒྲིང་ཅུ་འདི་གི་ཡི་ཤུ་ལུ་ག་དེ་བེ་ཁྱས་

ནིན་ཡེ་མ་ཤེས་།

འདི་ལས་ཡི་ཤུ་ཆར་གསུམ་པ་ལུ་བྱོན་འདི་གི་ ༣༧

གསུངས་ཡི་ད་ལོང་འདི་གི་གཉིས་ཁྱ་འདི་གི་ངལ་གསོ་བེ་

ཅི་ད་དུས་རེན་བེ་ལུ་ཅིག་སྒྲིང་གི་སུ་འདི་སྒྲིང་ཅན་འདི་སུ་གི་

ལག་པ་ལུ་སྒྲིང་འོང་སེ་གསུངས་ཡི་། ད་ལོངས་ཅིང་ཅིན་ ༣༨

ལས་ཁྱུ་ཁྱུ་ལུ་ཅིང་དབྱེ་ལག་པ་ལུ་སྒྲིང་མི་འདི་ན་བེ་ལོ་ཁྱུ་

སྒྲིང་ཡི་།

གཙོ་བོ་ཡི་ཤུ་ལུ་རྒྱང་ཅུ་ནི།

༥༣ ཡི་ཤུ་གི་འདི་གསུངས་འདི་སྟོན་གྱི་དུས་ལུ་ར་ཉི་  
གནས་བཅུ་གཉིས་ཅུ་གི་སྐུ་ཁ་ལས་ཡ་དུ་དུ་ཀར་འདི་སྐྱམ་  
སྟོམ་དང་ཆོས་ལུ་མཁས་མི་གི་སྒྲི་དང་གཞན་བདེབས་འདི་སྐུ་  
གི་བཏང་མི་གི་སྒྲི་འདི་སྐུ་ག་ར་དཔའ་དགས་དང་ཁུ་བག་

༥༤ མི་དང་མཉམ་ཁོ་ཡེ་འོང་ཡི། ཡི་ཤུ་དགའི་ལག་པ་ལུ་  
སྟོམ་མི་འདི་གི་ཉེ་མ་ལེ་ལས་ཤོམ་ཅེ་བདེན་འདི་གི་ཞག་ཅི་  
ང་གི་ག་ལུ་འུ་ལན་མི་སྒྲི་འདི་ཨིན་འདི་བརྒྱང་འདི་གི་ཁིས་  
སེ།

༥༥ ཡ་དུ་དུ་ཀར་འོང་འདི་གི་འདི་སྟོམ་ལས་ཡི་ཤུ་གི་སྐུན་  
མདུན་ལུ་འོང་འདི་སྟོབ་དཔོན་ལ་སེ་ཞུས་འདི་འུ་ལན་འདི་

༥༦ གི་ས་ལམ་ཅེ་ཡི། འདི་ལས་སྒྲི་འདི་སྐུ་གི་ཡི་ཤུ་ལུ་གིས་

༥༧ འདི་གི་བརྒྱང་འདི་འདམ་ཡི། འདི་ཁ་སྟོ་ལོ་ཁ་ལོངས་  
འདི་བསྟོན་མི་སྒྲི་འདི་སྐུ་གི་ཅུ་ཁ་ལེ་ཅིག་གི་དཔའ་དགས་ཅེ་  
འདི་སྐྱམ་སྟོམ་གི་སྟོ་གི་ནོ་འུ་ཡ་ཅིག་དོགས་འདི་དང་འད་

༥༨ ཡི། འདི་ལས་ཡི་ཤུ་གི་སྒྲི་འདི་སྐུ་ལུ་གསུངས་ཡི་ཆ་གི་

དཔའ་དགས་འད་ཁུ་བཀ་འདི་ཨུ་བཟང་འདོའུ་ཟུམ་བེ་  
 ང་ལུ་ཡི་བཟང་དགོ་སྒོ་ཨིན་ན་། ང་ཨ་ད་ར་མཆོས་ཁང་ ༧༩  
 ན་ལུ་མཆོས་བསྟོན་འདི་ཆ་དང་མཉམ་སྟོན་རུང་ཆ་གི་ང་ལུ་མ་  
 བཟང་ཡིན་རུང་འདི་ག་ར་ལུང་བསྟོན་མི་འདི་ཟུམ་སྟེ་བྱང་བི་  
 རོན་ལུ་ཨིན་སེ་གསུངས་ཡི་། འདི་ལེ་ཉི་གནས་འདི་སུ་ག་ ༡༠  
 ར་གི་ཡི་ཤུ་ལུ་ཀོ་ཞགས་འདི་གི་བྱོ་འདི་ཡ་ས་ཡི་།

སྒྲི་གཞིམ་བྱོ་འདི་གི་རྒྱ་མི་ཅིག་།

འདི་གི་དུས་ལུ་སྒྲི་གཞིམ་ཅི་རང་གི་རྒྱ་ལུ་གོ་ལ་གཅིག་ ༡༡  
 གི་སུ་འདི་གི་ཡི་ཤུ་གི་ཤུལ་ལེ་འོམ་འད་ལུ་སྒྲི་འདི་སུ་གི་ཁོ་  
 ཡི་བཟང་ནི་བེའུ་འད་ལུ་། ཁོ་གི་ཁོ་ར་གི་གོ་ལ་ཡི་ཀོ་ ༡༢  
 ཞགས་འདི་གི་ཀོ་རྟོ་རི་རིས་བེ་བྱོ་འདི་གི་ཡའ་སེ་ཡི་།

གཅི་བོ་ཡི་ཤུ་བྱིམས་དཔོན་འདི་སུ་གི་སྒྲན་མདུན་ལུ་།

འདི་ལས་ཁོང་གི་ཡི་ཤུ་ཟུམ་སྟེམ་དང་མཆོས་ལུ་ ༡༣  
 མཁས་མི་གི་སྒྲི་འདི་སུ་དང་གཞན་བདེབས་ནམ་འཛོམས་འདི་  
 གི་སྟོན་སེ་འདི་ཁ་ལུ་ཁིག་འདི་གི་སོང་ཡི་། དེ་རྟོ་ཡི་ཐག་ ༡༤

- རིང་ས་ལས་ཡི་ཤུ་གི་ཤུལ་ལས་འོང་འདི་སྒྲུམ་སྒྲུམ་གི་ཕོ་  
 བྱང་གི་མཚོ་ཁ་ལུ་འོང་འདི་སྒྲུམ་སྒྲུམ་གི་མཚོ་ཁ་ལུ་མག་མི་  
 ༡༡ འདི་སྤྱད་དང་ཉམ་ཅི་མེ་སོ་འདི་བསྐྱོད་ཅི། འདི་ཁ་ལུ་སྒྲུམ་  
 སྒྲུམ་དང་སྒྲི་འདི་སྤྱད་གི་ཡི་ཤུ་ལུ་རྟོན་དྲགས་འདི་གསལ་བུ་གི་  
 ༡༢ རྟོན་ལུ་བར་མི་བཅོལ་རུང་བར་མི་མ་ཐོབ་། སྒྲི་ལས་ཤུ་གི་  
 ཤོབ་གི་བར་མི་སྤྱེ་རུང་བར་མི་ག་ར་གི་ཁ་མ་ཐུན་མ་ཆུབ་།  
 ༡༣ སྒྲི་ལ་ལོ་ཅིག་གི་ལོངས་འདི་ཡི་ཤུ་ལུ་ཤོབ་སྐྱབ་འདི་  
 ༡༤ ལབ་ཅི། ང་ཅེ་གི་གོ་ཡི་ཡི་ཤུ་གི་ང་སྒྲི་གི་ལག་པ་གི་བཟོ་  
 མི་གི་མཚོས་ཁང་འདི་དྲུམ་འདི་གི་ཞག་གསུམ་ལུ་སྒྲི་གི་  
 ལག་པ་གི་མ་བཟོ་མི་གི་མཚོས་ཁང་གཞན་ཅིག་བཟོ་ནི་སེ།  
 ༡༥ ག་དེ་སྤྱེ་ར་བེ་རུང་སྒྲི་འདི་སྤྱད་གི་བར་མི་ག་ར་ཁ་མ་ཐུན་མ་  
 ཆུབ་།  
 ༡༦ འདི་ལས་སྒྲུམ་སྒྲུམ་འདི་གི་སྒྲི་ག་ར་གི་སྤྱུ་ཁ་ལུ་  
 ལོངས་འདི་གི་ཡི་ཤུ་ལས་དྲིས་ཡི་སྒྲི་འདི་སྤྱད་གི་བྱོད་ལུ་  
 ལབ་མི་འདི་སྤྱད་ག་ཅི་མོ་བྱོད་གི་འདི་གི་ལེན་ག་ཅི་ཡེ་བྱོན་ནི་  
 ༡༧ མི་འག་སེཞུས་ཡི། ཡིན་རུང་ཡི་ཤུ་གི་སྒྲུམ་སྒྲུམ་ལུ་

ལེན་ག་ཅི་ཡི་མ་གནང་བ་ཅེ་ནི་འདི་གི་སྒྲུལ་སྒྲུལ་འདི་གི་  
ལོག་འདི་གི་ར་ཡི་ཤུ་ལས་དྲིས་ཡི་ཁྱོད་བཏངས་རངས་  
ཡུལ་དགོས་མི་གི་དགོན་མཆོག་གི་སྒྲུལ་མ་ཤི་ཀ་འདི་ཨིན་  
ན་སེ་འདི་ཅེ་དྲིའུ་འད་ལུ། ཡི་ཤུ་གི་གསུངས་ཡི་ང་ ༤༢

ཨིན་སེ་ཡི་ཤུ་གི་གསུངས་ཡི་ཆ་གི་སྒྲུལ་གི་འདི་མཁུན་  
དབང་དགོན་མཆོག་གི་ཡུག་གཡས་ལུ་བཞུགས་འདི་གི་ནམ་  
ཁ་གི་སེ་སྒྲུ་དང་ཉམ་ཅི་བྱོན་འདྲུ་མཐོང་འོང་སེ། འདི་ ༤༣

གོ་འདི་གི་སྒྲུལ་སྒྲུལ་འདི་གི་ཁོ་ར་རང་གི་གོ་ལ་ཡུལ་འདི་གི་  
གསུངས་ཡི་ང་ཅེ་ལུ་འདི་ལས་ལྷུ་བ་ཅི་གི་བར་མི་ག་ཅི་  
འགོ་བ་། ཡི་ཤུ་གི་གསུངས་མི་ཁ་ཟློབ་འདི་ཆ་ག་ར་གི་ ༤༤  
གོ་ཡི་ད་ཆ་གི་ག་ཅི་སྒྲུ་འདྲུ་སེ་དྲི་ཡི་འདི་ལས་འདི་ཁ་གི་  
སྒྲུ་ག་ར་གི་ཡི་ཤུ་ལས་ད་འདི་གི་ཀོ་མགོ་བ་འདི་བདེན་ཅེ་  
སེ་ལབ་འདི་གི་བྲིམས་བཅུག་ཅི།

ད་ཅུ་སྒྲུ་ལ་ལོ་ཅིག་གི་ཡི་ཤུ་ལུ་མཆོལ་མ་གདོར་འདི་ ༤༥  
གི་ཞས་རས་གི་སྒྲུ་འདི་གི་འདྲེན་ལུག་བརྒྱབ་འདི་གི་ཡི་ཤུ་  
ལེ་ད་ལབ་ག་གི་ཁྱོད་ལུ་འདྲེན་ལུག་བརྒྱབ་ཅི་ན་སེ་ཉུས་ཡི་

འདི་ལས་ མག་མི་འདི་ སུ་གི་ཡེ་ཡི་ ཤུ་ལུ་འདེན་ ལྷག་གང་  
འདི་གི་མག་མི་འདི་སུ་གི་ལག་པ་ལུ་འེན་ཡི་ །

པེ་རྟེ་གི་གཙུག་པོ་ཡི་ཤུ་སྟེ་མི་ཤེས་སེལ་བ་ཅི།

༤༤      གེ་རྩོད་རྩོད་ཡེ་མེ་སོ་འདི་གི་ ལྷམ་སྤྲོམ་གི་འགོ་ཁ་ལུ་  
 རྩོད་སྤྲི་གི་ རུས་ལུ་ ལྷམ་སྤྲོམ་གི་ བཀའ་བ་གི་ རུས་ཅིག་འོང་

ཨ་ཁི་། མོ་གི་བོ་དྲོ་ཡེ་མེ་སོ་འདི་གི་སྒྲོ་བ་མཐོང་འདི་གི་  
ཁོ་ལྷ་ལྷ་འདི་གི་ལ་བ་ཅི་ཁྱོད་ཡེ་ཡི་ཤུན་ཅ་རེད་པ་ཡི་ཤུ་གི་

༩༤ ཆ་རྒྱལ་ཅིག་ཡིན་ན་སེ་དྲི་ཡི། དེ་དྲོ་གི་ང་མེས་སེ་ཁྱེད་  
 གི་ག་ཅི་ལ་བ་དྲི་ན་ང་མི་ཤེས་ཅེ་སེ་ལ་བ་འདི་གི་མཚོ་ཁ་ལུ་

༡༩ མོང་ཡི་འདི་ལས་བྱ་བོས་བོ་ཅིག་། ད་ཅུ་བུས་འདི་གི་

པེ་རྩོམ་ཐོང་འདི་གི་ལོ་ཁ་འདི་གི་ར་འདི་ཁ་ལོངས་འདི་གི་

ཡོད་མི་གི་སྒྲི་འདི་སྤུ་ལྷ་ཡེ་ཁོ་ཁོང་གི་གྲེ་ཁ་ལས་གཅིག་

ལྷོ་ ཨིམ་མེ་སེ་ལབ་ཅིག། ཡིན་རུང་པེ་རྟོ་གི་ང་མེ་སེ་ལབ་

ཅིག་འདི་ལས་ ཨ་ཅི་གི་ཤལ་ ལས་ འདི་ ཁ་མེངས་འདི་སྟོང་

མི་གི་སྒྲི་འདི་སྒྲ་གི་སྒྲ་ཁ་ལས་ཅིག་གི་པེ་ཏེ་ལུ་བྱོད་དོན་འད་

ར་ཡི་ཤུག་ཆ་རོ་ཡིན་མེ་མེ་ལ་བ་ཅི་ག་ཅི་མ་ཟེར་བ་ཅིན་ཁྱོད་

ཡེ་ག་ལིལ་ལི་ཨིམ་མེ་སེ་ལབ་ཅི། དེ་དྲོ་ཅིབ་ཟ་འདི་གི་ ༡༡

མནའ་ཡེ་བོ་འདི་གི་ལབ་ཅི་ཆ་གི་ལབ་མི་གི་སྒྲི་འདི་ང་གི་  
སྒྲི་ཡེ་མི་ཤེས་སེ་ལབ་ཅི། འདི་ལས་བྱ་ཤོས་ཆར་གཉིས་ ༡༢

བ་བོ་འདི་གི་འདི་ལས་དེ་དྲོ་གི་ཉེ་མ་ལས་ཡི་ཤུག་ཁོ་ལྷ་བྱ་  
ཤོས་ཆར་གཉིས་མ་བོ་སྒྲི་ཉེ་མ་ལྷ་ཁྱོད་གི་ཆར་གསུམ་ང་སྒྲི་  
མི་ཤེས་སེ་ལབ་འོང་སེ་གསུངས་མི་འདི་ཁོ་གི་སེམས་ཁ་  
ལྷ་མཆོ་འདི་གི་དེ་དྲོ་སྒྲི་ས་བདང་འདི་གི་སྒྲི་ཁོས་འདི་སྒྲི་ཡི།

གཙོ་བོ་ཡི་ཤུག་ལ་ཉེས་གི་སྒྲི་མདུན་ལྷ།

༡༣ ཉམ་ནང་འདི་འདི་སྒྲི་ལེ་སྒྲི་སྒྲི་དང་མཆོན་  
འདེབས་དང་མཆོས་ལྷ་མཁས་མི་གི་སྒྲི་འདི་སྒྲི་དང་སྒྲི་  
མི་གི་སྒྲི་ག་ར་ཉ་སག་འདི་གི་བྱ་ཀོ་སྒྲི་འདི་ཡི་ཤུ་ལྷ་  
གདམས་འདི་གི་ཁིག་འདི་གི་ཤི་ལ་ཉེ་ལྷ་བྱོས་ཅི། དི་ལ་ ༢

དྲོ་གི་ཡི་ཤུ་ལྷ་བཞུས་ཡི་ཁྱོད་ཡ་དུ་དུ་དི་གི་ཀྱལ་ཤོ་ཨིན་ན་  
སེ་དྲིས་ཡི་འདེ་སྒྲི་དྲིས་ཡི་ལེན་ལྷ་ཡི་ཤུ་གི་ཁོང་ལྷ་  
གསུངས་ཡི་ཆ་གི་ལབ་འདོ་ཕུ་ཐུམ་ཐེ་ར་ཨིན་སེ། སྒྲི་ ༢

སྒྲི་འདི་སྒྲི་གི་ཡི་ཤུ་ལྷ་སྒྲི་ལས་ཤ་བདགས་ཅི། འདི་ ༢

ལས་པི་ལ་དོ་གི་ལོག་འདི་གི་ར་ཡི་ཤུ་ལས་དྲིས་ཡི་བལྟ་ཅི་  
 སྒྲིལ་དེ་སྤྱི་གི་ཁྱོད་ལུ་ག་དེ་མཚོན་ཚོས་སྒྲིལ་བདག་ས་མོ་ཁྱོད་  
 १ གི་ལོན་ག་ཅི་ཡེ་མི་བྱིན་འག་སེ་གསུངས་ཡི་། ཡིན་རུང་  
 ཡི་ཤུ་གི་ལོན་ག་ཅི་ཡེ་མ་གསུངས་པི་ལ་དོ་དྲ་ལས་འདི་  
 ཅིག་།

གཙོ་བོ་ཡི་ཤུ་ལུ་གྲོངས་ནི་སྒྲིལ་དུས་ལུ་།

७ སེམས་ཁ་ལུ་འགྲོན་བྲི་གི་དུས་ཚོན་རེ་རེ་ན་ལུ་སྒྲིལ་དེ་  
 སྤྱི་གི་བཙོན་ན་ལུ་སྒྲིལ་མི་གི་སྒྲིལ་ག་ག་ལུ་དགའ་མི་འདི་སྤྱི་ལུ་  
 १ པི་ལ་དོ་གི་བདང་སྒྲིལ་། དུས་འདི་ལུ་བ་རབ་བ་ཟེར་མི་  
 གི་སྒྲིལ་དེ་ཡེ་སྒྲིལ་གསལ་མི་འདི་སྤྱི་འད་མཉམ་ཅི་གདམས་  
 २ འདི་གི་ཡོད་བྲི་ག་ཅིམ་ཟེ་བ་ཅིན་ཁོ་གི་ཡེ་སྒྲིལ་གསེག་ཅི་། སྒྲིལ་  
 འདི་སྤྱི་ག་ར་པི་ལ་དོ་གི་སྒྲིལ་མདུན་ལུ་འོང་འདི་གི་ཉེ་མ་ལུ་  
 ३ མཛད་འདོའུ་ཟུམ་བེ་ར་མཛད་གནང་སེ་ཉུས་ཡི་། འདི་  
 གི་ལོན་ལུ་པི་ལ་དོ་གི་ང་གི་ཆ་གི་དོན་ལུ་ཡ་དུ་དུ་པི་གི་ཀྱལ་  
 १० པོ་འདི་བདང་ནི་ན་སེ་དྲིས་ཡི་སྒྲིལ་དེ་སྤྱི་ལས་། ག་ཅིམ་  
 ཟེར་བ་ཅིན་སྒྲིལ་སྒྲིལ་འདི་སྤྱི་གི་ཡི་ཤུ་ལུ་སེམས་མ་དགའ་



བ་རྒྱང་རྒྱབ་ཅིམ་པི་ལ་དོ་གི་ཁྱིན་ཅི། ཡིན་རྒྱང་རྒྱམ་ 22

སྒྲོམ་འདི་སྤྱ་གི་སྒྲོམ་འདི་སྤྱ་ལས་ཤོམ་བེ་རྒྱུག་འདི་དང་ཡི་  
ང་ཅི་གི་དོན་ལྟ་བ་རབ་བ་ཟེར་མི་སྒྲོམ་འདི་གཏང་བ་ཅིན་ང་ཅི་  
སེམས་ལས་ཤ་དགའ་སེ་འདེ་སྒྲོམ་ལས་ཤོམ་སྒྲོམ་སྒྲོམ་འདི་སྤྱ་  
ལྟ་དོན་འདི་བཏང་ཡི། པི་ལ་དོ་གི་ཁོང་ལྟ་གསུངས་ཡི་འདེ་ 23

བེ་སྒྲོམ་བ་ཅིན་ཆ་ར་རང་གི་ལབ་མི་གི་ཡ་དུ་དུ་པི་གི་རྒྱལ་བོ་  
ལྟ་ང་གི་གཅི་སྒྲོམ་དགོ་བ་མོ་སེ་སྒྲོམ་འདི་སྤྱ་ལས་དྲིས་ཡི།

འདི་ལས་སྒྲོམ་འདི་སྤྱ་གར་གི་སྒྲོམ་སྒྲོམ་འདི་གི་ཁོ་ཁྱོམ་ 23

ཤིང་གི་མགུ་ལྟ་རྒྱང་སེ་ལབ་ཅི། པི་ལ་དོ་གི་དྲི་ཡི་ཡི་ཤུ 24

གི་ཉིབ་གཅི་བེ་སྒྲོམ་མོ་སེ་ཡིན་རྒྱང་སྒྲོམ་འདི་སྤྱ་གི་སྒྲོམ་ན་མོ་  
ས་མོ་སྒྲོམ་བེ་རྒྱལ་འདི་གི་ཁོ་ཁྱོམ་ཤིང་གི་མགུ་ལྟ་རྒྱང་སེ་

ལྟས་ཡི། འདི་ལས་པི་ལ་དོ་གི་སྒྲོམ་འདི་སྤྱ་གི་སེམས་ 24

དགའ་འགོ་སྒྲོམ་འདི་གི་བ་རབ་བ་ཟེར་མི་གི་སྒྲོམ་འདི་ལྟ་བཏང་

འདི་ཡི་ཤུ་ལྟ་དེ་ལྟ་གི་བཏངས་འདི་ཁྱོམ་ཤིང་གི་མགུ་ལྟ་  
རྒྱང་སེ་ལབ་ཅི།

དམག་མི་འདི་སུ་གི་གཙོ་བོ་ཡི་ཤུལ་མེ་མེ་ཙམ་ནི།

25 འདི་ལས་དམག་མི་འདི་སུ་གི་ཡི་ཤུལ་ཁྱད་གི་ཕོ་གྲང་  
གི་དོ་ཆེན་ལུ་ཁྱེད་འདི་གི་དམག་མི་ག་ར་འདི་ཁ་ལུ་སྤྱང་ཡི།

26 དམག་མི་འདི་སུ་གི་ཡི་ཤུལ་ནམ་བཟའ་དམར་པོ་ཅིག་གོན་  
ཙང་གི་ཙང་པན་ཅིག་ལྟ་འདི་གི་ཡི་ཤུལ་གི་དབུ་ལུ་ཅུག་ཅི།

27 འདི་ལས་སྒྲི་ག་ར་གི་ཡི་ཤུལ་ཕྱག་ཕྱལ་འདི་གི་ང་ཅེ་གི་  
ཡ་དུ་དུ་གི་གི་གྲུལ་པོ་སྒྲི་ཆེ་རིང་ཁ་བེ་སྒྲོད་ཅུག་སེ་ཞུས་

28 ཡི། འདི་ལས་སྒྲི་ག་ར་གི་ཡི་ཤུལ་གི་དབུ་ལུ་བརྟུངས་འདི་  
གི་མཚོ་ལ་མ་མདོར་འདི་ལས་སྒྲི་སྒྲི་ས་ལུ་བཅུགས་འདི་གི་

29 ཡི་ཤུལ་ཕྱག་འཆལ་ཡི། ཡི་ཤུལ་འདི་ཆུ་མ་སྒྲི་མེ་ཙམ་  
ཆུ་འད་ལུ་ནམ་བཟའ་དམར་པོ་འདི་སྤྱད་འདི་གི་ཡི་ཤུལ་ཁོ་  
ར་རང་གི་ནམ་བཟའ་འདི་གོན་འདི་གི་ཡི་ཤུལ་ཁྱོམ་ཤིང་གི་  
མགུ་ལུ་བརྟུང་བེ་གི་དོན་ལུ་ཕར་ཁྱེད་འདི་གི་སོང་ཡི།

གཙོ་བོ་ཡི་ཤུལ་ཁྱད་ཤིང་ལུ་རྟུངས་ནི།

30 ལམ་ཁ་ལུ་ཁོང་གི་སྒྲི་ཤེ་མོན་ཟེར་མི་འདི་ཕུམ་ལས་  
ཁྱོམ་ལུ་འོང་བེ་གི་དུས་ལུ་སྒྲི་འདི་སུ་གི་ཁོ་ལུ་ཡི་ཤུལ་གི་རྟུང་

ཡིང་བཀ་རྩི་གི་དོན་ལུ་ཁོ་ལུ་སྤང་ཆེ་ཙོང་འདི་གི་ཁྱིམ་ཅི་འདི་  
ཡི་མོན་འདི་ཀ་ར་ནི་གི་ཡུལ་གི་ཡི་མོན་རྩེར་མི་འདི་ཨིན་ཨི་  
ལེགས་སུ་མན་འདིར་དང་རུ་ཡ་གི་ཨིན་པ་ཨིན་།      འདི་ལས་      ༢༥

མཁའ་འགྲུ་གི་ཡི་གེ་ལུ་གུ་གནས་འགོ་ལ་འགོ་བྱ་འབྲུག་སྐད་ལུ་  
 ཐོབ་བྱི་གནས་ཟེར་མི་འདི་ཁ་ལུ་ཁྱིམ་འདི་།      འདི་ཁ་ལུ་      ༡༩

སྒྲི་འདི་སྤྱ་གི་ཡི་ཤུ་ལྷ་གན་དུ་རས་དང་ལ་སི་འདི་གི་གྲུན་  
ཆང་སྤྱལ་རུང་ཡི་ཤུ་གི་བཞེས་ས་དུལ་།      འདི་ཁ་ལྷ་ཁོང་      ༣༥

གི་ཡི་ཤུ་ལུ་བྲིམ་ཤིང་གི་མགུ་ལུ་རྒྱང་འདི་གི་ཡི་ཤུ་གི་རྣམ་  
བཟའ་བཞེས་བཤའ་རྒྱལ་བུ་གི་དོན་ལུ་སྒྲི་རེ་རེ་ལུ་ག་ཅི་ཐོབ་  
ག་འདི་གི་དོན་ལུ་ཤོ་རྒྱལ་ཅི།      འདི་ལས་ཆུ་ཚོད་མགུ་      ༣༡

ལྷ་མོ་འདི་སྐྱ་གི་ཡི་གེ་ལྷ་ཁྱོམ་གིང་ལུ་བརྒྱང་ཡི་།      ཡི་གེ་      ༢༦

ལུ་ག་ཅི་གི་དོན་ལུ་བློམ་གིང་གི་མཁུ་ལུ་བརྒྱུང་གི་ན་འདི་ཡེ་

དྲི་འདི་གི་ཡི་ཤུ་ཡ་རྒྱ་ད་མི་གི་སྐྱེ་བ་ཡིན་ཅེ་གྲིས་འདི་གི་

ཡི་ཤུག་མག་ལུ་བརྒྱུངས་ཡི་།      ད་རུང་ཡི་ཤུདང་མཉམ་      20

ཅི་ཅུ་ལྟ་བུ་གཉིས་ཡི་ཅིག་ཡི་ཤུ་གི་གཡས་ལས་དང་གཅིག་

གཡོན་ལས་སྤོང་གི་མགུ་ལུ་བརྒྱུང་ཡི་།      ཡི་ཤུལ་གྱི་      ༣༤

སྒྲིག་ཅན་འདི་སྤྱི་གི་གྲུ་ས་ཁ་ལུ་ཅིས་འོང་བཀའ་ན་ལུ་དྲི་  
བཞག་མི་འདི་དོན་འད་ར་འདི་ཟུམ་གྱི་བྱང་ཅི།

20 བར་ཚུར་འཛོམ་གི་སྤྱི་འདི་སྤྱི་གི་ཡི་ཡི་ཤུ་ལུ་སྤྱི་  
གྲུ་བྱང་འདི་གི་མགྲུ་དྲོ་གཡུག་འདི་གི་ལབ་ཅི་ཨི་ཡི་  
མཆོས་ཁང་ཟུམ་འདི་གི་ཞག་གསུམ་གི་ནང་ཀོ་ན་ལུ་བཞོམ་

21 འདི་སེ། ད་ཁྱོད་ར་རང་ལུ་སྤྱི་བས་གྱི་འདི་གི་ཁྱོམ་གྱིང་

22 གི་མགྲུ་ལས་མ་ལུ་བབ་འདི་གི་ཤོག་སེ་ལབ་ཅི། འདི་  
ཟུམ་གྱི་ཟུམ་སྤྱི་འདི་སྤྱི་དང་མཆོས་ལུ་མཁས་མི་སྤྱི་འདི་  
སྤྱི་དང་སྤྱི་གར་གི་ཡི་ཤུ་ལུ་སྤྱི་གྲུ་བྱང་འདི་གི་ལབ་ཅི་  
ཁོ་གི་སྤྱི་གཞན་ལུ་སྤྱི་བེ་སྤྱི་བེ་ཨིན་རུང་ཁོ་ར་རང་ལུ་

23 སྤྱི་བེ་མི་སྤྱི་བེ་སེ་ལབ་ཅི། ད་མ་གྱི་ཀ་ཡིས་ར་ཨིལ་  
གི་ཀྲུལ་པོ་ད་དྲོ་ཁྱོམ་གྱིང་གི་མགྲུ་ལས་མ་ལུ་བབ་ཅིག་འདི་  
ཐོང་འདི་གི་འདི་ལས་ང་ཅི་གི་དེབ་གྱི་འཁོ་སེ་ཨིལུ་གཉིས་  
ཀྱི་གི་ཡི་ཡི་ཤུ་ལུ་སྤྱི་གྲུ་བྱང་ཡི།

གཙོ་བོ་ཡི་ཤུ་ཤུ་ནི།

24 འདི་ལས་ཚུ་ཚོད་བཅུ་གཉིས་ལུ་ཡུལ་གར་ལུ་ཚུ་ཚོད་

25 གསུམ་གི་སོན་སེ་ན་དུང་དུ་གྱི་ར་སྤྱི་ཅིག། ཚུ་ཚོད་

གསུམ་ལུ་ཡི་ཤུ་གི་གསུང་སྐད་སྒྲིམ་སྒྲེ་ཨེ་ལོ་ཨི་གྲམ་མ་ག་  
 བག་ཐ་ནི་འབྲུག་སྐད་ལུ་ཨོ་ཡེ་ངས་གི་དགོན་མཆོག་ཨོ་ཡེ་  
 ངས་གི་དགོན་མཆོག་ཁྱེད་གི་ང་ག་ཅི་བེ་འདི་གི་ཀོ་འདི་  
 བཞག་མོ་སེ་འདི་བེ་གསུངས་ཡི་། འདི་ཁ་ལུ་ལོངས་ ༣༣

འདི་གི་སྒྲིང་མི་གི་སྒྲི་ལ་ལུ་ཅི་གི་འདི་གོ་འདི་གི་ལྟ་ཅི་ཁོ་གི་  
 ཨོ་ལི་ཡུ་ལོ་འདི་སེ་ལབ་ཅི་། ཁོང་གི་བྱ་ཁ་ལས་སྒྲི་ ༣༤

ཅིག་བར་བརྒྱུགས་འདི་གི་ཆུ་དང་གྲུ་ཆང་སྐར་པོ་སྒྲི་སེ་  
 འདི་གི་བག་འདི་གི་འཁ་ལུ་རིམ་ཅི་གི་མག་ལུ་བཅངས་འདི་  
 གི་ཡི་ཤུ་ལུ་སྐལ་འདི་གི་ཁྱུས་ཡི་ཨེ་ཅི་ཅི་སྐྱུག་ཅི་ཨོ་ལི་ཡུ་  
 འོངས་འདི་གི་ཡི་ཤུ་ལུ་བྱོམ་ཤིང་གི་མག་ལས་མ་ལུ་ལེན་  
 ལུང་འག་མི་ལེན་འག་ལྟ་འག་སེ་ལབ་ཅི་། འདི་ལས་ ༣༥

ཡི་ཤུ་གསུང་སྐད་སྒྲིམ་བེ་ཅབ་འདི་གི་སྐྱ་ཆོ་ལས་འདིས་  
 སེ་ཡི་།

དུས་འདི་ལས་མཆོད་ཁང་གི་ཡུལ་ལི་འདི་མག་ལས་ ༣༦

མ་བེ་སྐྱུ་ཁ་ལས་གཉིས་བེ་བེག་འདི་ཡ་སེ་ཡི་། ད་ལུང་ ༣༧

ཡི་ཤུ་གི་སྐྱ་ལོ་ཁ་བསྒྲིང་མི་གི་ལྟ་དཔོན་འདི་གི་ཡི་ཤུ་འདི་

- ཐུམ་བེ་སྐྱ་ཆེ་ལས་འདས་ས་ལུ་མཐོང་འདི་གི་ལབ་ཅི་སྟེ་  
 འདི་དོན་འད་ར་དགོན་མཆོག་གི་སྤྲུལ་ཡིས་འདི་བདེན་སྟེ་  
 ༧༠ སེ་ལབ་ཅི་། འདི་ཁ་ལུ་ཐག་རིང་ས་ལས་ལྷ་མི་གི་བུམ་  
 འདི་སྤྱ་གི་སྤྱ་ཁ་ལས་མིར་ཡམ་མག་འདལ་མ་དང་ཡ་གོབ་  
 རྒྱུ་ཤོ་དང་ཡོ་སེབ་གཉིས་གི་ཨ་མ་མིར་ཡམ་དང་ས་ལོ་  
 ༧༡ མི་ཡེ་ཡོད་ཅི་། འདི་སྤྱ་གི་ཡི་ཤུ་ག་ལིལ་གི་ཡུལ་ལུ་  
 བཞུགས་ཅི་གི་དུས་ལས་ཡི་ཤུ་གི་ཤུལ་ལས་འོང་འདི་གི་  
 ཡི་ཤུ་གི་ཞབས་ཆེ་ཞུས་ཡི་ཨ་མ་ཚུ་གཞན་ཡས་ལས་ཤུ་ཡི་  
 ཡི་ཤུ་དང་མཉམ་ཅི་ཡེ་ཚུ་ཤུ་ལེས་ལུ་འོང་མི་སྤྱ་ཡེ་ཡོད་ཅི་།

གཙོ་བོ་ཡི་ཤུ་གི་སྐྱ་ཤུར་དུར་ཁྲུང་ན་ལུ་ཚུགས་ནི་།

- ༧༢ ཡོ་སེབ་ཨ་མ་མ་ཐ་འོང་ཅི་གི་དུས་ལུ་ནམ་ཡེ་གསོ་  
 ༧༣ ཅི་ཡེ་བེ་ཆེ་ཡི་། ཡོ་སེབ་ཨ་མ་མ་ཐ་བརྒྱལ་ཁམས་འདི་  
 གི་ནང་གོ་ན་གི་དཔོན་སྟོམ་འདི་སྤྱ་གི་སྤྱ་ཁ་ལས་ཁོ་ཡེ་དཔོན་  
 སྟོམ་ཅིག་ཨིན་ཁོ་དགོན་མཆོག་གི་རྒྱལ་ཁམས་གི་དོན་ལུ་  
 སྐྱབ་འདི་གི་སྟོད་མི་གི་སྟོམ་ཅི་ཨིན་དུས་ཀྱི་འདི་ངལ་  
 གཞོའི་ཉིམ་གི་ཉེ་མ་གི་ཉིམ་གི་ཕྱིན་གྱུ་ལུ་ཨིན་ཡོ་སེབ་ཨ་

རི་མ་ཐ་འོང་འདི་གི་མ་འགོ་བ་ལུ་རྒྱལ་པོ་གི་སྐྱོན་འདུན་ལུ་  
 རྩོན་འདི་གི་ཡི་ཤུ་གི་སྐྱུ་ཐུམ་འདི་བཀའ་རིན་ཀྱང་གནང་སེ་  
 ཞུས་ཡི་། རྒྱལ་པོ་པེ་ལ་ཏོ་གི་ཡི་ཤུ་ཤ་སོ་འདུག་སེ་གོ་ ༢༢  
 འདི་ན་ལས་འདེ་ཅི་འདི་ལས་ཁོ་ར་གི་དཔོན་འདི་སྐུ་བོ་  
 འདི་གི་ཡི་ཤུ་ཤ་འདི་ཡུན་རིང་ཁ་སོང་ཡི་གཤ་སེ་དྲིས་ཡི་།  
 དཔོན་འདི་སྐུ་ལས་ལེ་ཤོམ་ཅེ་གོ་འདི་གི་པེ་ལ་ཏོ་གི་ཡི་ཤུ་ ༢༣  
 གི་སྐྱུ་ཐུམ་འདི་ཡོ་སེབ་ལུ་གནང་ཡི་། འདི་ལས་ཡོ་ ༢༤  
 སེབ་གི་རས་ཅིག་སྟོ་འདི་གི་ཡི་ཤུ་གི་སྐྱུ་ཐུམ་འདི་བྲོམ་  
 ཤིང་གི་མགུ་ལས་ཁོས་འདི་གི་རས་གི་ཤུ་འདི་གི་རྩོ་སྟོམ་གི་  
 བང་ཀོ་ན་ལུ་བཀོ་བཀོ་འུ་གི་དུར་ཁྱུང་ཅིག་གི་བང་ན་ལུ་ཅུག་  
 འདི་དུར་ཁྱུང་འདི་གི་ཁ་ལུ་རྩོ་སྟོམ་ཅིག་བགྲིལ་འདི་ཀེ་ཡི་།  
 མིར་ཡམ་མག་འདལ་མ་དང་ཡོ་སེབ་གི་ཡམ་མ་མིར་ཡམ་ ༢༥  
 བཅིས་ཀྱ་ཡེ་འདི་ཁ་ལུ་ལྟ་འདི་གི་སྟོང་ཅི་ཁོང་གི་ཡི་ཤུ་གི་  
 སྐྱུ་ཐུམ་བཞག་སེ་ས་འདི་མཐོང་ཅི་།

གཙོ་བོ་ཡི་ཤུ་སྐྱུ་གསོན་པོར་ཅེ་བཞེངས་ནི་།

འདི་ལས་ངལ་ཆོའི་དུས་འདི་རྩོགས་འདི་གི་མིར་

26

ཡམ་མག་མདལ་མ་དང་ཡ་ཀོབ་གི་ཡམ་མ་མིར་ཡམ་

- དང་ས་ཡོམ་གསུམ་ཡི་ཤུ་གི་སྐུ་ལུས་ལུ་འདུག་ཅི་གི་དོན་  
 2 ལུ་སྒྲོམ་ཆུ་མ་ཅིག་ལས་ཤེ་ཡི་། གཟའ་ཉི་མ་གི་གྲོ་  
 བ་དང་ལས་ཉི་གནས་འདི་སུ་ཡི་ཤུ་གི་དུར་ཁྱུང་ན་ལུ་སྒྲོང་  
 3 ཡི་། ཁྱོད་ར་རང་གི་སྐུ་ཁ་ལུ་ལས་ཁ་ལུ་ཁ་ལབ་ཅི་དུར་  
 ཁྱུང་གི་ཁ་ལུ་ཡོད་མི་གི་དོ་འདི་ག་གི་ཕར་བགྲུལ་འོང་  
 4 མགའ་སུ་སེ་། ག་ཅིམ་ཟེར་བ་ཅན་དོ་འདི་ན་མེ་ས་མེ་  
 གི་སྒྲོམ་ཅི་ཨིམ་གི་འདི་ལས་ཁྱོད་ག་ར་དུར་ཁྱུང་ན་ལུ་སྒྲོམ་  
 འདི་གི་དུར་འད་ལུ་དོ་འདི་ཕར་བགྲུལ་ཆུ་མཐོང་ཅི་།  
 5 འདི་ལས་ཁྱོད་དུར་ཁྱུང་གི་ནང་སྒྲོན་ལུ་འཇུག་ལུ་འད་ལུ་  
 ཁྱོད་གི་སྒྲོམ་ཞོ་ལ་དཀར་འབ་གོན་མི་གི་སྒྲོམ་ཅིག་གཡས་  
 གི་འོང་ལས་བཞུགས་བུ་ལུ་མཐོང་འདི་གི་ཁྱོད་ག་ར་ཉ་ལས་  
 6 འདི་ཅི་། འདི་སྒྲོམ་འདི་གི་ཁྱོད་ལུ་གསུངས་ཡི་མ་འགྲོ་  
 ཅི་ཆ་གི་ཡི་ཤུ་ན་ཅ་རེད་པ་ཁྱོད་ཤེད་གི་མགའ་ལུ་བཀྱང་མི་  
 འདི་ལུ་འཇོལ་ལུ་ཨིམ་མེ་ཡི་ཤུ་ན་ལུ་མི་ཁྱོད་སྐུ་གསོན་པོར་  
 བེ་བཞེངས་འདི་གི་ན་ལུ་མ་བཞུགས་ཡི་ཤུ་གི་སྐུ་ལུས་བཞུགས་  
 7 མི་གི་གནས་འདི་ན་ལུ་ལྟ་ཅིག་སེ་གསུངས་ཡི་། ད་ཆ་



ཁྱུ་འདི་གི་ཉི་གནས་འདི་སྤྱ་དང་པོ་དྲེ་ལུ་ལབ་ཡི་ཤུ་གི་ཆ་ལུ་  
 ཉི་མ་ལུ་གསུངས་འདི་འུ་ཟུམ་སྤྱི་ར་ཆ་གི་ཉི་མ་ལུ་ག་ལི་ལ་  
 ཡུལ་ལུ་བྱོན་འདི་གི་པ་ལུ་ཡི་ཤུ་འད་ཉམ་ཅི་མཛེལ་འོང་སེ་  
 ལབ་སེ་གསུངས་ཡི་། འདི་ལས་འདི་སྤྱ་ག་ར་ཕྱི་ལོག་ལུ་  
 བྱོན་འདི་གི་ན་མེ་ས་མེ་འགྲོ་འདི་གི་ཁོང་ར་རང་གི་སྤྱ་ཁ་ལུ་  
 ཡི་ན་མེ་ས་མེ་འགྲོ་འདི་གི་ག་ལུ་ཡི་མ་ལབ་བ་ལུ་སྤྱི་དེ་ཅི་།

༤

མིར་ཡམ་མག་དལ་མ་གི་གཅི་བོ་ཡི་ཤུ་ལུ་མཛེལ་ནི་།

ད་དབ་ད་གི་ཞག་དལ་མ་འདི་གི་གྲོ་བ་ལུ་ཡི་ཤུ་སྤྱ་  
 གསོན་པོར་བྱེ་བཞེང་འདི་གི་ཉི་མ་མིར་ཡམ་མག་འདལ་མ་  
 ཡི་ཤུ་གི་མོན་ལས་འབྱེ་མདུན་ལྟོན་མི་འདི་ལུ་ཡས་ཡི་ཤུ་  
 གི་ཞལ་མངོན་སུམ་བྱེ་བཞེན་ཡི་། མོ་ཁྱུ་འདི་གི་ཡི་ཤུ་  
 གི་ཆ་རོ་སྤྱ་མི་འདི་སྤྱ་དང་ཕྱ་དན་བྱེ་མི་འདི་སྤྱ་ལུ་ཡི་ལོ་  
 ཁྱུས་འདི་བཤེག་ཅི་། ཉི་གནས་འདི་སྤྱ་གི་ཡི་ཤུ་སྤྱ་  
 གསོན་པོར་བྱེ་བཞེང་མི་འདི་དང་མིར་ཡམ་གི་མཛེལ་ཡི་སེ་  
 ལབ་མི་གི་ལོ་ཁྱུ་འདི་ལུ་ཡི་ཁོང་གི་དེབ་བྱེ་མ་དུབ་།

༥

༡༠

༡༡

གཙོ་བོ་ཡི་ཤུག་སྤྱི་བྱ་གཉིས་གི་གཙོ་བོ་  
ཡི་ཤུག་མཛེལ་ཡི།

- 22 འདི་གི་ཤུག་ལས་ཡི་ཤུག་སྤྱི་བྱ་གཉིས་ཅིག་ལྟ་བུར་  
འདི་གི་ཉེ་གནས་གཉིས་ལས་འད་འདི་གི་ཡུལ་ཅིག་ལྟ་འདྲོ་  
23 འི་འགང་ལྟ་ཁོང་ལྟ་སྟེན་ཡི། ད་རུ་ཉེ་གནས་གཉིས་ཀྱི་  
ལོག་འདི་གི་ཉེ་གནས་གཉིས་འདི་སྤྱི་ལྟ་ལབ་རུང་ཉེ་གནས་  
གཉིས་འདི་སྤྱི་གི་ཁོང་གི་ལབ་མི་འདི་ལྟ་དེབ་བེ་མ་དུབ།

སྤྱི་བྱ་བཅུ་གཅིག་ལྟ་གཙོ་བོ་ཡི་ཤུག་བཀའ་གནང་ནི།

- 24 འདི་གི་ཤུག་ལས་ཉེ་གནས་བཅུ་གཅིག་སྤྱི་བྱ་ར་མཉམ་  
ཅི་བེ་གསོལ་བ་ཞེས་སྤྱི་གི་དུས་ལྟ་ཡི་ཤུག་ཁོང་ལྟ་ཞལ་  
མངོན་སུམ་སྤྱི་སྟེན་འདི་གི་ཡི་ཤུག་ཉེ་གནས་འདི་སྤྱི་གི་  
དེབ་མི་བེ་གི་སེམས་དང་སྤྱི་གི་གི་བེ་ཡི་ཤུག་བཀའ་ལྟ་  
དེབ་མི་བེ་གི་དོན་ལྟ་སྤྱི་གི་བེ་ཅི་ག་ཅི་མ་ཟེ་བ་ཅིན་ཡི་ཤུག་  
གསོན་པོར་བེ་བཞེང་བེ་གི་ཤུག་ལེ་ཡི་ཤུག་མཛེལ་མི་འདི་  
25 སྤྱི་ལྟ་ཁོང་གི་ཡིས་མ་ཆེ་བ་ཡིན། ཡི་ཤུག་ཉེ་གནས་  
འདི་སྤྱི་གི་ར་ལྟ་གསུངས་ཡི་ཆ་ག་ར་འདྲི་བ་དེན་ཀུན་ལྟ་སོང་།

འདི་གི་སྒྲིག་ར་ལུ་ངས་གི་མཆོས་འདི་ཤེགས་ཅི་སེ། སྒྲིག་ 25  
 ག་གི་ར་བེ་རུང་ངས་གི་མཆོས་འདི་ལུ་དེབ་སྒྲིག་འདི་གི་བྱས་  
 གསོལ་ལེན་མི་འདི་སྒྲིག་ལུ་གསངས་གྱིས་ས་ལུ་སྒྲིག་འོང་ག་  
 ག་གི་ར་དེབ་མ་སྒྲིག་མི་སྒྲིག་འདི་སྒྲིག་ལུ་ངས་གི་ཆེབ་སྒྲིག་འདི་  
 ཐོག་འོང་སེ་གསུངས་ཡི། ད་རུ་དེབ་བེ་མི་གི་སྒྲིག་འདི་ 20  
 སྒྲིག་ལུ་ལྟ་འདི་སྒྲིག་འབྱུང་འོང་འདི་སྒྲིག་གི་ངས་གི་སྒྲིག་ན་ལུ་  
 བག་འདི་སྒྲིག་ཡེ་སྒྲིག་འོང་ད་རུང་ང་ལུ་དེབ་བེ་མི་གི་སྒྲིག་འདི་  
 སྒྲིག་གི་ཁ་སའབ་ཁ་མ་ཅིབ་ལས་ཤ་ལབ་འོང་འདི་སྒྲིག་གི་ངས་  
 གི་སྒྲིག་ན་ལུ་བདུད་འདི་སྒྲིག་ཡེ་དོན་དང་འོང་སེ་གསུངས་ཡི།  
 དེབ་བེ་མི་གི་སྒྲིག་འདི་སྒྲིག་གི་ངས་གི་སྒྲིག་ན་ལུ་སྒྲིག་འདི་སྒྲིག་ 24  
 སྒྲིག་ལུ་སྒྲིག་འདི་སྒྲིག་ལུ་སྒྲིག་གི་སོ་མི་དབས་སྒྲིག་འདི་སྒྲིག་དུ་ཡེ་  
 སྒྲིག་ལུ་འདི་སྒྲིག་ལུ་ག་ཅི་ཡེ་གནོད་མི་ཆུབ་སྒྲིག་འདི་སྒྲིག་གི་  
 རེབ་འདི་སྒྲིག་གི་མགྲུ་ལུ་ལག་པ་བཞག་འདི་གི་འབྲུག་གསོ་  
 བ་མཛད་འོང་སེ་ཡི་ཤུ་གི་གསུངས་ཡི།

གཙོ་བོ་ཡི་ཤུ་ནམ་མཁའ་ལུ་ལོག་འདི་གི་བྱོན་ནི།

འདི་ཆུས་བེ་གཙོ་བོ་ཡི་ཤུ་གི་ཉེ་གནས་འདི་སྒྲིག་ལུ་ 20  
 བཀའ་གནང་ཆར་བེ་གི་ཤུ་ལ་ལས་ནམ་མཁའ་ལུ་བྱོན་འདི་

༣༠ གི་དཀོན་མཆོག་གི་ཕུག་གཡས་ལུ་བཞུགས་ཅི་། འདི་  
 ལས་ཉེ་གནས་འདི་སུ་གྱུ་འདི་གི་ཡུལ་ག་ར་ལུ་འདི་མཆོས་  
 འདི་བཤེགས་འདི་གི་གཙོ་བོ་ཡི་ཤུ་ཉེ་གནས་འདི་སུ་དང་  
 མཉམ་ཅི་བཞུགས་འདི་གི་ཉ་ལས་འདི་སི་སི་གི་ལུ་འདི་སུ་  
 རྩོན་འདི་གི་ཡི་ཤུ་ཁོ་ར་རང་གི་བཀའ་ཉེ་གནས་འདི་སུ་གི་  
 བཤེགས་སི་འདི་དོན་འད་ར་དེན་སེ་དེན་ཡི་།